UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

ARTUR JOSÉ SQUARISI DE CARVALHO

ESPORTES NA NATUREZA: estratégias de ensino do Canionismo para pessoas com deficiência visual

Campinas
2005

ARTUR JOSÉ SQUARISI DE CARVALHO

ESPORTES NA NATUREZA: estratégias de ensino do Canionismo para pessoas com deficiência visual

Dissertação de Mestrado apresentada à Pós-Graduação da Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas para obtenção do título de Mestre em Educação Física.

Orientador: José Júlio Gavião de Almeida

Campinas
2005

UNIDADE BC
Nº CHAMADA:
T/UNICAMP
C253e
V _____ Ex _____
TOMBO BCCL 73703
PROC 16.P.145.07
C [ ] D [X]
PREÇO 11,00
DATA 14/08/07
BIB-ID 418652

FICHA CATALOGRÁFICA ELABORADA
BIBLIOTECA FEF - UNICAMP

C253e

Carvalho, Artur José Squarisi de.
Esportes na natureza: Estratégias de ensino do canionismo para pessoas com deficiência visual / Artur José Squarisi de Carvalho. - Campinas, SP: [s.n], 2005.

Orientadora: José Júlio Gavião de Almeida.
Dissertação (Mestrado) – Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas.

1. Esportes. 2. Esportes radicais. 3. Aventuras. 4. Esportes – natureza. 5. Deficiência visual. 6. Educação física. 7. Pedagogia. I. Almeida, José Julio Gavião de. II. Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação Física. III. Título.

UNIDADE _____
Nº CHAMADA: _____
T/UNICAMP
V. _____ EX. _____
TOMBO BCCL _____
PROC _____
C _____ D _____
PREÇO _____
DATA _____
BIB-ID _____

ARTUR JOSÉ SQUARISI DE CARVALHO

ESPORTES NA NATUREZA : estratégias de ensino do Canionismo para pessoas com deficiência visual

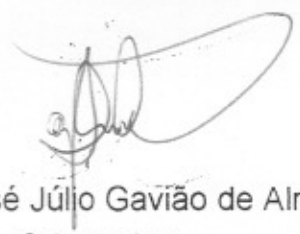
Este exemplar corresponde à redação final da Dissertação de Mestrado defendida por Artur José Squarisi de Carvalho e aprovada pela Comissão julgadora em: 25/02/2005.

Orientador
José Júlio Gavião de Almeida

200736084

Campinas
2005

COMISSÃO JULGADORA



Profº. Dr. José Júlio Gavião de Almeida
Orientador

Profº. Dr. Edison Duarte

Profª. Dra. Maria Teresa Krahenbuhl Leitão

Dedicatória

Dedico este trabalho às pessoas que me ensinaram a enxergar a vida com entusiasmo, coragem de ir em frente e sensibilidade.

Meus Pais

Tadeu e Miriam

Ao meu irmão e cunhada

Marcos e Meris

E especialmente a uma princesinha que trouxe vida e muita alegria para toda a família com seu nascimento. Aquela que tem um sorriso tão doce quanto o significado do seu nome.

Melissa

Agradecimentos

Agradeço ao meu orientador Professor Dr. José Júlio Gavião de Almeida, pelos ensinamentos, pela amizade e principalmente pela confiança. Seu Jeito alegre, espontâneo e incansável de ser funciona como um "imã", atraindo pessoas fantásticas que tive o privilégio de conhecer.

"A diferença entre os pássaros e os homens inteligentes é que os pássaros voam com suas próprias asas para uma determinada direção. E os homens inteligentes voam para todas as direções com as asas de suas aspirações".

Rumi

A realização deste trabalho só foi possível pelo envolvimento de uma grande quantidade de pessoas, que direta e indiretamente contribuíram com suas experiências pessoais.

Ao Prof. Dr. Edison Duarte pelo suporte acadêmico e pelos conselhos que contribuíram no rumo deste trabalho.

À Profª. Drª. Maria Teresa K. Leitão por sua inestimável atenção e pelas orientações e valiosas sugestões no Exame de Qualificação.

Ao Sr. Benedito Leal Filho (Neno) vice-presidente da Associação Brasileira de Desportos para Cegos, pela sólida amizade, pelo carinho, conhecimento, empenho às pessoas com deficiência visual e pelo exemplo de vida que é para todos nós.

Aos Amigos da ABDC, Presidente David Farias Costa, Vanessa e Jonas pela amizade e oportunidade de conhecer e atuar cada vez mais no universo do Paradesporto nacional e internacional. Os conhecimentos adquiridos nas competições nos últimos cinco anos foram muito importantes no processo de construção deste trabalho e no meu crescimento pessoal. A relação que construímos que se consolida em cada evento, em cada partida e em cada encontro, será eterna.

Às amigas Andréa e Lígia pela amizade, pelos anos de trabalho ao meu lado e principalmente pela paciência e compreensão nos momentos em que precisei me ausentar.

Ao grande amigo, companheiro e sócio do grupo Toda Terra, Reginaldo (Régis) pelas aventuras e viagens vividas desde 1995 e pelo inestimável apoiou técnico nas atividades de campo, sem o qual seria quase impossível a realização deste trabalho. Agradeço também pela dedicação e alegria que demonstrou em todas as atividades com o grupo de pessoas cegas e por acreditar que realizar este trabalho era possível.

Ao amigo e companheiro da pós-graduação Ciro Winckler por todo o apoio logístico e científico que dedicou a esta pesquisa, pelas incontáveis fotos que constituem o banco de imagens deste

trabalho e principalmente pelo empenho em procurar e sugerir o cânion ideal para a realização da atividade no município de Botucatu.

Ao Prof. de Educação Física e judô Alexander Denareli, pelos longos anos de amizade e conhecimento transmitidos através de sua interminável paciência tal qual os mestres orientais cultuam.

Ao casal Breda-san e Larissa-san pela amizade e carinho que tenho por vocês. Pela tranqüilidade, confiança e segurança que vocês me passam. Obrigado por nossas saídas e churrascos que me ajudavam a descontrair nos momentos de stress com a pesquisa e nas dificuldades vividas.

A todos os funcionários e professores da FEF especialmente o Geraldinho pela amizade que vem desde a Graduação em 1994, à Márcia da Pós-Graduação pela paciência e atenção nos momentos finais e difíceis que antecederam a defesa de um Mestrado e à bibliotecária Andréa pela atenção e ajuda com as referências bibliográficas e correções das normas e padrões que um trabalho científico determina.

Ao proprietário da Fazenda Pavuna Sr.José Adauto, pela hospitalidade e confiança em nosso trabalho. Agradeço também ao Seu Zé e Dona Terezinha que nos receberam com muito carinho nas dependências da fazenda.

À Fundação Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES) pelo suporte financeiro.

Aos patrocinadores da viagem para Botucatu. Amigos e Parentes: Lígia Erbetta, Silvana Malatesta, Aparecida Maria de Carvalho, Márcia S. Séglio, Conceição Salman, Liana (GEAMA), Míriam. Empresas: Academia Corpo Integrado, Pontiac Funilaria, Bilhar Ula Jura, Varejão Oba, Cindep – Paulínia, Belmari confecções, AACC acessoria contábil, Spelaion turismo de aventura, Toda Terra natureza e aventura, English Conversation Course e FEF – UNICAMP.

Aos amigos aventureiros Acácio (Bode) pelo apoio, amizade e diversão que proporcionou ao grupo em todos os momentos, ao Gilson (Mestre Tofu) por acreditar neste trabalho e pelas inúmeras imagens captadas por sua super câmera fotográfica (não é a toa que é japonês) e principalmente por seu senso humor e carinho que contagiou todo grupo.

Ao Instituto de Geociências da UNICAMP pelo empréstimo do aparelho de GPS e pelas contribuições a este trabalho. E ao grande amigo Allan Calux do mesmo instituto e aluno do curso de Geografia que operou o GPS para nós e forneceu tantas informações valiosas para a complementação da pesquisa. Obrigado Allan pela paciência, pois foram tantas as vezes que precisei dos seus conhecimentos da área.

À Janaina (Jana) e ao Ricardo pelo excepcional trabalho na construção da maquete, que rendeu muitos elogios de todo o grupo. Agradeço demais pelo empenho com que assumiram esta tarefa e pela rapidez na execução de todo o processo. Vocês são demais.

Ao Márcio pelo companheirismo em todas as aulas e nas montagens dos equipamentos para as atividades verticais. Pela força na construção dos "Bastões Guia" e nas idéias durante todo o processo.

À Liana e sua família pela grande ajuda em nosso churrasco de comemoração da exploração do cânion em Botucatu.

À Profª. Drª. Mey de Abreu Van Munster pela amizade e pelos anos os quais tive a oportunidade de trabalhar ao seu lado em sua Tese de Doutorado que contribuíram para ampliar meus conhecimentos neste maravilhoso universo da Deficiência Visual.

Ao Tiago Sales que mesmo com pouco tempo no grupo, sua presença e seus conhecimentos em canionismo foram de extrema importância para o crescimento e valorização da etapa final deste trabalho.

Ao Sr. Carlos Zaith pela inestimável atenção, pelas informações históricas sobre Canyoning no Brasil e no mundo e principalmente pela colaboração teórica e técnica.

À Bia, pelos anos de carinho e contribuição com esta pesquisa ajudando na captação de bibliografias e pela participação direta nas atividades de campo e no laboratório – LAMA. Por fim, por ter participado da história ajudando na construção do GEAMA-DV e em minha vida. Obrigado.

Ao Sr. Carlos Campos da Organização de Cegos da Espanha (ONCE) por ter me presenteado com um livro de Canionismo que não existe no Brasil. Gracias.

À minha querida amiga Dani (Trakinas) pela amizade e especialmente por sua constante presença nas aulas com os DVs com sua incansável disposição e alegria e principalmente por seu total empenho em todas as viagens que realizamos. Especialmente na viagem para Botucatu em que assumiu inúmeras responsabilidades. Valeu Dani, você é indispensável.

Ao amigo Márcio Morato (Véi) por sua simplicidade e alegria mineira que só você tem. Valeu companheiro de mágicas.

Aos bolsistas Marcel e Adriana que tanto contribuem para o andamento do nosso laboratório. Um especial agradecimento à Adriana por ter me ajudado com os patrocinadores e por ter me acompanhado literalmente "batendo de porta em porta nos supermercados" em busca de apoio.

À Elieti (secretária do Gavião) sempre alegre, gentil e pronta para ajudar a resolver as questões burocráticas que aparecem no caminho de um trabalho como este.

À Cris, pelo carinho, dedicação e pelas muitas horas trabalhadas nesta pesquisa auxiliando nas correções ortográficas, nas traduções do inglês para português e nas transcrições dos relatórios e entrevista. Agradeço também pela paciência e por me ajudar a enxergar um novo caminho em minha vida.

Às minhas queridas amigas Thaís Helena e Aletha Caetano, que vem acompanhando os trabalhos de aventura com os alunos com deficiência visual desde 1999. Também pela amizade e carinho.

À Regina Matsui, por tanto tempo de amizade e troca. Pelos tempos de Pangea onde a verdadeira aventura começou. Sou muito grato a você, já que foi a principal responsável pela união de cinco amigos do curso de Educação Física da Unicamp para formar um dos primeiros grupos de aventura na mesma faculdade. Também foi uma das maiores incentivadoras. Talvez eu não estivesse aqui hoje escrevendo este trabalho se não fosse por você. Obrigado Regina, você é uma pessoa muito especial.

Ao CINDEP – Centro de Integração do Deficiente de Paulínia pela parceria de tantos anos com a FEF-UNICAMP e pelo apoio constante a este projeto e aos seus participantes.

À TV UNICAMP pelo apoio ao projeto e pela especial atenção dada ao tema desta pesquisa transformando-a em um documentário para a TV universitária.

À Luciana (Luluzinha) por ter acompanhado este trabalho por 3 longos anos filmando e registrando boa parte dos momentos mais importantes. Sempre com alegria e humor incomparáveis. Obrigado Lú pelo carinho, persistência e determinação para que este projeto do documentário fosse realizado.

À Carolzinha, companheira de trabalho nos eventos da ABDC e nas aulas e viagens do grupo. Obrigado pelo auxílio na montagem das aulas e das atividades recreativas nas viagens.

Agradeço ainda a toda minha família que sempre acreditou nos meus ideais e me incentiva a continuar escalando os obstáculos que a vida oferece.

Como forma de agradecimento a toda equipe do GEAMA-DV que participou ativamente do projeto e essencialmente da viagem a Botucatu, peço permissão ao Neno
que atuou durante todo o processo mais como professor do que como aluno, para utilizar como forma de agradecimento seu relato sobre a viagem, no qual sintetiza em adjetivos o perfil de cada um de nós e tudo o que vivemos juntos.

Benedito Leal Filho (Neno)
A viagem para a Fazenda Pavuna, no município de Botucatu, realizada pelos integrantes do grupo de Esporte de Aventura FEF UNICAMP, foi, em minha opinião, uma das melhores até hoje.
O ambiente rústico e mesmo a precariedade no fornecimento de energia elétrica constituíram-se em empecilhos facilmente contornados com bom humor e espírito de equipe.
Outro aspecto muito importante foi a divisão de atividades por grupo de interesse, possibilitando a participação de todos, seja no rapel, seja nas trilhas. Isso demonstra uma preocupação em atender as diferentes expectativas e aptidões.
Gostei também da sessão cultural, que apresentou ótimas performances com alegria e descontração, marcas registradas de um grupo que leva a brincadeira muito a sério.
O lugar escolhido é extremamente agradável e adequado. A propósito, a confecção da maquete foi uma idéia genial, a qual ajudou a dar uma boa noção acerca do espaço, tornando possível a

nós alunos, construir um mapa mental bem minucioso. Parabéns pela iniciativa. Ela revela, uma vez mais, a sensibilidade e criatividade metodológicas de professores e monitores.
Tomara que essa idéia seja sempre concretizada.

Quanto aos problemas.... Bem, não comprometeram de modo algum, a meu ver, o bom andamento da viagem. Da próxima vez, quem sabe, poderemos providenciar sanitários a mais, mão quebrada a menos.
Por fim quero tentar sintetizar em adjetivos, ou melhor, traçar um perfil com meu pincel impressionista, minhas impressões a respeito das pessoas que participaram desse memorável passeio.
Obrigado a todos e em especial ao meu amigo Artur, que tira coelhos, desafios e alegrias de sua cartola mágica.
Amigos queridos muito mais que tantos lugares que conhecemos e descobrimos juntos, vocês são inesquecíveis.

Artur realizador e criativo
Márcio doutor escoteiro
Marcel brincalhão
Papaléo ecológico
Acácio didático
Henrique ágil, inteligente
Marcos Irmão do Artur incansável
Massaru engraçado
Thiaguinho curioso, irrequieto
Gavião mago, imprescindível
Dani Eiko travessa, proativa
Mariana simpática
Larissa explícita, espontânea
Regina logística, organizada
Gabi lúdica
Liana atenta
Camila autêntica
Andréia divertida
Dani sorridente, viva

Ciro perspicaz e irônico
Mateus paciente
Sales humorista artista
Júnior investigativo
Gilson exato, observador
Dirceu ligado
Devanir discreto
Edgar disposto
Marcos introspectivo
Natália gentil, amável
Saiuri interessada, colaborativa
Carol cordial, esperta
Thaís presente
Lú irreverente, talentosa
Colontai extrovertida
Ana Carol sensível
Janaína delicada
Gisele tímida, atenciosa

Neno privilegiado por ter tantos amigos especiais.
E eu, Artur, honrado por fazer parte deste grupo.

CARVALHO, Artur José Squarisi de. Esportes na natureza: Estratégias de ensino do canionismo para pessoas com deficiência visual. 2005. 192f. Dissertação (Mestrado em Educação Física)- Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2005.

RESUMO

Este estudo tem como principal objetivo desenvolver uma proposta metodológica para o ensino de um esporte praticado na natureza denominado *Canyoning* voltado a pessoas com deficiência visual, adotando como base os princípios pedagógicos de uma Educação Física moderna de acordo com os preceitos de Parlebás (1987). Por intermédio do conhecimento da divisão que o autor faz do espaço físico em "meio selvagem" e "meio doméstico", elaboramos um programa de atividades que contemplasse a compreensão das diferenças existentes entre eles, através da oportunidade de se estabelecer contato com um universo até então desconhecido para um grupo de pessoas cegas e com baixa visão. Analisamos os esportes na natureza sob vários aspectos, classificando as possíveis causas de sua forte ascensão na última década, suas terminologias e a viabilidade para grupos com necessidades especiais. Descrevemos em detalhes a evolução e os conceitos do canionismo no mundo e no Brasil, suas técnicas e materiais necessários à sua prática. Elaboramos uma proposta de ensino com base no desmembramento da modalidade escolhida através das exigências e de suas necessidades físicas, considerando sempre o desenvolvimento integral dos indivíduos oferecendo aos mesmos, situações novas e assegurando os direitos de se correr os riscos imaginários dos esportes na natureza e reais que a vida nos impõe a cada dia.

Palavras-Chaves: Deficiência Visual, Aventura, Canionismo, *Canyoning,* Esportes na Natureza, Estratégias de Ensino e Pedagogia.

CARVALHO, Artur José Squarisi de. Nature sports: Strategies of canionism teaching for visual impaired people. 2005. 192f. Dissertação (Mestrado em Educação Física)-Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2007.

ABSTRACT

The purpose of this study is to develop a methodological proposal for the teaching of a practiced sport called *Canyoning* for visual impaired people, by adopting basic pedagogical principles of a modern Physical Education, according to the Parlebás concepts (1987). Through the knowledge of the physical space the author does in both “wild environment” and “domestic environment”, we have elaborated an activity program that contemplates the comprehension of the existing differences between both of them, through the opportunity of establishing a contact with an unknown universe up to now for either a group of blind people or with low vision. We have analysed nature sports under many aspects, by classifying the possible causes of its strong growth in the last decade, its terminologies, and the viability for the groups with their special needs. We have described with details the evaluation and the concepts of the Canionism around the world and in Brazil, its techniques and needed materials to its practice. We have elaborated a teaching proposal based upon separation of the chosen modality through the demand and its physical needs, always considering the whole development of people, by offering them new situations and assuring their rights of running the imaginable and real risks in nature sports that life provides every day.

Keywords: Visual impairment, Adventure, Canionism, Canyoning, Sports, Teaching Strategies and Pedagogy.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Subdivisões do Canionismo..... 50
Figura 2 - Carlos Zaith – difusor do *Canyoning* no Brasil..... 53
Figura 3 - Revista Geográfica Universal – 1989..... 54
Figura 4 - Roupa de Neoprene..... 57
Figura 5 - Capacete..... 57
Figura 6 - Cadeirinha..... 57
Figura 7 - Fechamento da fivela de segurança..... 57
Figura 8 - Longe Dupla..... 58
Figura 9 - Modelos de Mosquetões..... 59
Figura 10 - Freio Oito..... 60
Figura 11 - Ascensores..... 60
Figura 12 - Shunt..... 60
Figura 13 - Mochilas e Sacos Estanques..... 61
Figura 14 - Corda Estática..... 62
Figura 15 - Composição da corda..... 62
Figura 16 - Fitas de segurança..... 63
Figura 17 - Equipamentos para ancoragens..... 64
Figura 18 - Polias..... 64
Figura 19 - Parte da Equipe de professores em treinamento..... 74
Figura 20 - Montagem das aulas..... 76
Figura 21 - Explicação das atividades..... 77
Figura 22 - Reconhecimento do equipamento..... 78
Figura 23 - Representação de um mosquetão e freio acoplados..... 79
Figura 24 - Colocação da cadeirinha..... 81
Figura 25 - Colocação dos equipamentos de segurança..... 81
Figura 26 - Monitora vendada..... 82
Figura 27 - Educativo: “João Bobo”..... 85
Figura 28 - Sinalização visual utilizada no canionismo..... 89
Figura 29 - Treinamento da saída no rapel vertical..... 94

Figura 30 - Segurança no rapel..... 95
Figura 31 - Treinamento de rapel no plano vertical..... 96
Figura 32 - Rapel Guiado com auxílio do instrutor..... 98
Figura 33 - Arvorismo..... 99
Figura 34 - Treinamento de rapel em ponte: estrada de ferro..... 100
Figura 35 - Instrutor e aluno trocando informações..... 101
Figura 36 - Descida em Tirolesa..... 102
Figura 37 - Corrida com o “Bastão Guia”..... 104
Figura 38 - Educativos e vivências no meio líquido..... 106
Figura 39 - Treinamento aquático com os equipamentos do *Canyoning*..... 107
Figura 40 - Monitores do Cânion da Fazenda Pavuna..... 109
Figura 41 - Imagem de satélite com as coordenadas do Cânion da Pavuna..... 110
Figura 42 - Perfil esquemático (Croqui) do Cânion da Fazenda Pavuna..... 111
Figura 43 - Maquete em isopor do Cânion Pavuna..... 113
Figura 44 - Aluno cego explorando a maquete através do tato..... 113
Figura 45 - Área de acampamento e rancho da fazenda..... 116
Figura 46 - Equipe reunida antes da aproximação para o Cânion..... 117
Figura 47 - Ponto de saída da segunda cachoeira..... 118
Figura 48 - Professores transmitindo informações sobre o Cânion..... 119
Figura 49 - Monitora acompanhando a transposição da terceira cachoeira..... 120

LISTA DE SIGLAS E ABREVIATURAS

ABCânion	Associação Brasileira de Canionismo
CEP	Comitê de Ética em Pesquisa
CINDEP	Centro de Integração dos Deficientes de Paulínia
DV	Deficiente Visual
EMA	Expedição Mata Atlântica
FEF	Faculdade de Educação Física
GEAMA	Grupo de Estudos em Atividade Motora Adaptada
GPS	Sistema de Posicionamento Global
IBSA	International Blind Sports Federation
LAMA	Laboratório de Atividade Motora Adaptada
SBE	Sociedade Brasileira de Espeleologia
UIAA	União Internacional de Associações de Alpinistas
UNICAMP	Universidade Estadual de Campinas

SUMÁRIO

1. Introdução 25
2. Objetivos..... 28
3. Capitulo 1: Educação Física e o Esporte na natureza..... 29
3.1 A educação Física adaptada..... 29
3.2 2 Deficiência Visual: Conceitos e Definições..... 30
3.3 A Educação Física para Deficientes Visuais..... 32
3.3.1 Atividades no "Meio Selvagem"..... 34
4 Capitulo 2 O Esporte na Natureza..... 37
4.1 Aventura ou Viagem? 37
4.2 Esportes na Natureza..... 40
4.3 Stress: um mal necessário 41
4.4 Risco 44
5. Capítulo 3: *Canyoning*: Um Esporte Anfíbio..... 49
5.1 Conceitos sobre o Canionismo..... 49
5.2 Histórico do Canyoning..... 51
5.3 Canyoning no Brasil..... 53
5.4 Equipamentos Utilizados no Canyoning..... 55
5.4.1 Equipamentos de Proteção Individual..... 56
5.4.2 Roupa de Neoprene..... 56
5.4.3 Capacete..... 56
5.4.4 Cadeirinha..... 57
5.4.5 Longe Dupla..... 58
5.4.6 Mosquetões..... 58
5.4.7 Descensores (Freios), Blocantes e Ascensores 59
5.4.8 Mochilas e Sacos Estanques..... 60
5.4.9 Apito, Canivete, Lanterna e Cantil..... 61
5.5 Equipamentos de Proteção Coletiva..... 62
5.5.1 Cordas Estáticas..... 62
5.5.2 Fitas..... 63
5.5.3 Máscaras de Mergulho..... 63

5.5.4 Batedores, Spits e Plaquetas de Amarração..... 63
5.5.5 Polias..... 64
6. Capítulo 4: Canionismo para Deficientes Visuais: Uma Proposta Metodológica 65
6.1 Aspectos Pedagógicos..... 65
6.2 Caracterização dos Participantes da Pesquisa 71
6.3 Caracterização dos Participantes da Pesquisa..... 72
6.4 Preparação para Implantação do Programa Pedagógico..... 75
6.4.1 Elaboração da Aulas..... 75
6.4.2 Explorando o Próprio Corpo..... 78
6.4.3 Exercícios e Atividades Lúdicas de Preparação..... 79
6.5 Aspectos Técnicos do *Canyoning*..... 85
6.5.1 Sistemas de Comunicação 88
6.6 Treinamento das Técnicas Verticais..... 91
6.6.1 Rapel..... 91
6.6.1.1 Rapel no Plano Horizontal..... 92
6.6.1.2 Rapel no Plano Inclinado..... 92
6.6.1.3 Rapel no Plano Vertical..... 93
6.6.2 Rapel Guiado e Tirolesa..... 96
6.6.3 Arvorismo..... 98
6.6.4 Treinamento em Ponte..... 100
6.7 Treinamento das Técnicas de Travessia..... 103
6.7.1 Construção e Utilização do " Bastão Guia" 103
6.7.2 Treinamento Aquático..... 105
6.8 Canyoning em Botucatu..... 108
6.8.1 Treinamento dos Monitores 109
6.8.2 Levantamento de Dados sobre o Cânion 110
6.8.3 Maquete..... 112
6.8.4 A Viagem..... 114
Considerações Finais..... 121
Publicação 125
Conclusões..... 127
Referências..... 129

Apêndices..... 133
Apêndice A..... 134
Parecer do Comitê de Ética em Pesquisa – UNICAMP..... 134
Apêndice B..... 136
Termo de Consentimento Formal..... 136
Apêndice C..... 139
Fichas Cadastrais – Alunos e Monitores..... 139
Ficha Cadastral – Alunos com Deficiência Visual..... 139
Ficha Cadastral Monitores..... 142
Apêndice D..... 144
Ficha para relatório das Aulas..... 144
Apêndice E..... 145
Ofícios..... 145
Apêndice F..... 149
Autorizações..... 149
Apêndice G..... 153
Relatórios das Aulas e Viagens..... 153

1 Introdução

A experiência adquirida durante anos trabalhando com “esportes de aventura”, tem demonstrado cada vez mais que nem a idade, sexo, biotipo ou deficiências de qualquer natureza são fatores limitantes ou de impedimento à prática destas atividades. Estas modalidades esportivas vêm conquistando adeptos em todos os cantos do mundo a cada ano, em especial no Brasil que possui em praticamente todo território nacional, locais propícios à pratica destes esportes e condições climáticas favoráveis o ano todo.

As atividades praticadas em contato com a natureza podem ser consideradas um fenômeno do esporte mundial nas duas últimas décadas. Como prova deste rápido crescimento, em 1997 oitocentos atletas de cinco continentes participaram da primeira edição dos Jogos Mundiais da Natureza realizados na costa oeste do estado do Paraná, no Sul do Brasil. Em março de 2003 foi realizada a 5º edição da maior corrida de aventura do país, a Expedição Mata Atlântica – EMA que atrai corredores e telespectadores de vários países. E em agosto de 2004 em sua 6º edição, São Paulo sediou mais uma vez a “*Adventure Sports Fair*” que já é a maior feira de esportes de aventura da América Latina e está entre as maiores do mundo em sua categoria.

O objetivo principal deste trabalho é desenvolver e descrever as adaptações metodológicas e as estratégias que deverão ser adotadas no ensino do canionismo (exploração do leito de rios dentro de cânions), para pessoas cegas e com baixa visão.

Também procuramos estimular a locomoção dos deficientes visuais, através de uma proposta pedagógica adequada das atividades no “meio selvagem”, que impõem de certa forma, “*um ajuste às novidades e à orientação para a adaptabilidade frente a imprevistos”* (Parlebás, 1987, p.14), caracterizando o desenvolvimento de subsídios educativos à modalidade proposta (o *Canyoning*) e tendo como base, “grupos especiais”. Reforçando esta idéia, Almeida (1995, p. 157) acredita que as atividades motoras praticadas no meio selvagem têm fundamental importância para pessoas portadoras de deficiências visuais como ele mesmo descreve:

> *Oferecendo pois às Ps.Ps.Ds.Vs. atividades motoras em meio selvagem, acreditamos que, devidamente conduzidas, estarão*

> *concorrendo para o alcance do objetivo maior da Educação Física e de todo o processo educativo: a formação global do aluno.*
> Almeida (1995, p. 157)

Temos ainda outros objetivos nesta pesquisa como: observar e compreender alguns dos motivos que levam as pessoas a buscarem as atividades de aventura; contribuir para que os esportes praticados na natureza passem a ter maior atenção e interesse como campo de atuação da Educação Física e finalmente demonstrar o potencial que as pessoas cegas e com baixa visão podem ter praticando o canionismo e demais atividades esportivas que compõem esta modalidade.

Este estudo se desenvolve em quatro capítulos. No primeiro, procuramos descrever a importância da pedagogia que nos permite transcender os modelos e métodos de aprendizagem que não satisfazem mais nossas exigências e menos ainda as necessidades de pessoas que possuem algum tipo de deficiência.

Na velocidade em que as informações chegam, não é mais possível trabalhar e desenvolver a Educação Física e o Esporte Adaptado baseados em "receitas" prontas. É necessário oferecermos novas possibilidades para as pessoas com deficiência e também às não deficientes. Como Freire (1994, p.99) acreditamos que a Educação Física é sem dúvida uma disciplina que oferece recursos extremamente abrangentes aos profissionais da área através da pedagogia, que é preciso mais do que simplesmente aplicar as atividades, mas acima de tudo compreendê-las com a finalidade de explorar nossa criatividade e recriá-las, "*isto é, tornar-se independente para criar, e não se ficar prisioneiro de manuais"*.

Pensando justamente em novas perspectivas, procuramos no segundo capítulo situar os "esportes de aventura" e suas inúmeras terminologias e conceitos, através de um breve histórico sobre o tema e suas relações com as questões sociais e culturais que têm impulsionado a popularização destas atividades como: as condições negativas e positivas do *stress* no dia a dia e nos esportes de aventura, condições mercadológicas para o profissional de Educação Física como área de atuação e o esporte na natureza para pessoas cegas e com baixa visão, levantando a questão do direito de se correr riscos (obviamente controlados) diante de uma nova possibilidade.

O terceiro capítulo trata especificamente da modalidade proposta nesta pesquisa para pessoas cegas e com baixa visão, conhecida como *Canyoning* ou canionismo, a fim de descrever a modalidade com mais profundidade, pois além de ser um esporte complexo do ponto de vista técnico e ainda ser pouco conhecido pelas pessoas, também dispõe de muita informação histórica

que vai desde a sua criação Franco-Espanhola até seu surgimento no Brasil no final da década de 80 e seu conseqüente desenvolvimento.

Após o detalhamento do canionismo e de suas características promissoras enquanto esporte, no capítulo quatro descrevemos a metodologia utilizada no programa de ensino para pessoas com deficiência visual, caracterizando a primeira fase da pesquisa de campo denominada pesquisa de campo do tipo exploratória Lakatos (2001), na qual pudemos contar com a participação voluntária de um grupo de pessoas cegas e com baixa visão e de monitores (alunos de graduação e pós-graduação do curso de Educação Física da Unicamp), participantes do Projeto de Extensão de Atividade Física Adaptada e com o apoio do Grupo de Estudos em Atividade Motora Adaptada – Deficiência Visual GEAMA-DV coordenado pelo Professor Dr. José Júlio Gavião de Almeida.

Nesta etapa do processo, buscamos na participação de todos os envolvidos, os meios mais eficientes para o desenvolvimento de cada aula e de cada viagem através de jogos de cooperação, atividades envolvendo elementos da ginástica olímpica, de atletismo e principalmente da fragmentação dos exercícios e técnicas do *canyoning* que englobam o conhecimento das atividades verticais, de alpinismo, espeleologia (exploração de cavernas) e atividades aquáticas.

A segunda e última fase da pesquisa de campo tratou da realização de relatórios e coleta de depoimentos, por intermédio das equipes de televisão universitária e comercial, sendo a primeira responsável por cobrir o projeto do início ao fim com o intuito de transformar todo o material adquirido em um programa para o canal da universidade.

2 Objetivos

Objetivo Geral

O Presente trabalho tem como uma de suas funções mais importantes o desenvolvimento integral das pessoas com deficiência visual, através de atividades realizadas na natureza e também por um programa de atividades motoras adaptadas desenvolvendo assim suas habilidades e capacidades fundamentais.

Objetivo Específico

Este trabalho que tem como principal objetivo a elaboração de uma metodologia de ensino do Canyoning para pessoas cegas e com baixa visão.

3. Capítulo 1 – Educação Física Adaptada e o Esporte na Natureza

A visão sem ação não passa de um sonho
A ação sem visão é só um passatempo
A visão com ação pode mudar o mundo
(BAKER, 2005)

3.1 A Educação Física Adaptada

A Educação Física enquanto ciência, talvez não tenha ainda conquistado o devido reconhecimento e valorização que lhe cabe. As pessoas que optaram por esta profissão interdisciplinar, muitas vezes não dão conta do universo de opções que ela oferece e a Atividade Física Adaptada é uma delas. Quando voltamos nossos olhares para este campo de atuação, descobrimos que existem pessoas com necessidades especiais nesta área e no esporte adaptado e aprendemos que estas necessidades não são apenas para pessoas com deficiências, mas para todos.

> *Educação Física Adaptada designa um programa individualizado de aptidão física e motora, habilidades e padrões motores fundamentais e habilidades de esportes aquáticos e dança, além de jogos e esportes individuais e coletivos; um programa elaborado para suprir as necessidades especiais dos indivíduos.*
> Winnick (2004, p. 04)

No caso de pessoas que apresentam deficiência visual, muitas vezes são privadas destes programas de atividades físicas em função de estimulação incorreta ou até mesmo pela ausência total de estímulos. A oportunidade de acesso ao esporte e de interação com o meio, deve ser um direito garantido a todos. Contudo, é importante que a ação seja feita da forma mais adequada

possível visando explorar as potencialidades de cada indivíduo e respeitando suas necessidades e limitações.

Utilizando esta conceituação como base, elaboramos nesta pesquisa uma metodologia para o ensino do esporte na natureza denominado *Canyoning*, descrita no capítulo quatro.

3.2 Deficiência Visual: conceitos e definições

Quando se pesquisa os conceitos de deficiência visual, logo se percebe que há uma confusão terminológica que varia de um país para outro ou da área que a classifica de acordo com suas necessidades como no caso da escolar, na área médica ou esportiva. Somente na França encontramos mais de sessenta e cinco definições de cegueira.

A maior parte das definições apresentadas, têm sido analisadas através de medidas da acuidade visual e restrição do campo visual. Segundo Cruickshank & Johnson *apud* Seabra (1995, p. 04), a cegueira é usualmente definida com base em duas características: a acuidade visual e o campo de visão. O indivíduo é considerado cego quando a visão corrigida do melhor olho é de 20/200 ou menos, isto é, se ele pode ver a 20 pés (6 metros) o que uma pessoa de visão normal pode ver a 200 pés (60 metros); ou uma limitação tal nos campos de visão que o maior diâmetro do campo visual, subentende uma distância angular não superior a 20 graus, ainda que sua acuidade visual neste campo possa ser superior a 20/200. Os dotados de visão parcial ficam entre 20/70 a 20/200 no melhor olho após correção.

A deficiência visual pode então ser definida como "*...um impedimento total ou a diminuição da capacidade visual decorrente de imperfeição no órgão ou no sistema visual"* (SE/CEMP, 1993 *apud* ALMEIDA; CONDE, 2002).

Devido à existência de tantas terminologias baseadas em estudos clínicos, podemos ainda classificar a Deficiência Visual de acordo com os objetivos propostos a fim de oferecer os subsídios necessários ao desenvolvimento dos indivíduos. Desta maneira encontraremos as pistas necessárias para determinar quais caminhos e ações devem ser seguidos na elaboração de um trabalho consciente.

Tomar como referência apenas as classificações, não é suficiente para uma intervenção eficaz no processo de ensino das atividades físicas para grupos com necessidades especiais visuais. No entender de Oliveira (2003)

> *...é importante observar os fatores secundários associados à falta de visão, como a falta de estímulos, o baixo repertório motor, o sedentarismo e a obesidade, entre outros. Entender essas características é fundamental para o desenvolvimento do processo de aprendizagem com nossos alunos.*
>
> Oliveira Filho (2003, p. 24)

Neste trabalho que tem como principal objetivo a elaboração de uma metodologia de ensino do *Canyoning* para pessoas cegas e com baixa visão, optamos pela classificação sob o aspecto "Esportivo" fundamentado nas regras da *Internacional Blind Sports Association* IBSA (1993) apud Almeida (1995, p.13).

B1 – nenhuma percepção de luz em qualquer dos olhos até a percepção de luz, mas incapacidade de reconhecer o formato de uma mão a qualquer distância ou em qualquer direção".

B2 – da capacidade de reconhecer o formato de uma mão até a acuidade visual de 2/60 (pés) e/ou campo visual menor que 5 graus.

B3 – da acuidade visual acima de 2/60pés até a acuidade visual de 6/60 e/ou campo visual de mais de 5 graus e menos de 20 graus.

Os deficientes visuais voluntários deste projeto foram classificados em B1, B2 e B3. A metodologia foi desenvolvida de maneira a atender aos três subgrupos, de forma que os sujeitos da pesquisa tivessem a chance de atingir o objetivo final em condições de igual conhecimento técnico. Durante a elaboração das atividades, tomamos alguns cuidados para que os alunos com baixa visão não fossem subestimados e também não levassem qualquer vantagem em relação aos cegos.

Apesar das inúmeras classificações existentes, a escolha da Classificação Esportiva atendeu às necessidades da modalidade proposta neste trabalho. Os exercícios elaborados foram aplicados a todos os indivíduos, com as devidas modificações e adaptações de acordo com a condição de cada participante na intenção de que os estímulos aplicados fossem relevantes e adequados.

As conceituações e terminologias a cerca da deficiência visual sempre foi carente de uma reflexão crítica e merecedora de uma investigação mais profunda e coerente. Neste sentido (MUNSTER, 2001 *apud* ALMEIDA, 2002) traz à tona uma nova visão séria e consistente fornecendo subsídios aos profissionais que atuam diretamente com pessoas cegas e com baixa visão. A autora destaca as inúmeras incoerências terminológicas existentes entre pessoas com baixa visão e pessoas cegas, meramente por falta de informação. As ações educativas dependem exclusivamente da construção e organização de bases teóricas fortes, fundamentadas nos estudos mais recentes elaborados por profissionais das múltiplas áreas de interesse comum, com a responsabilidade de rever os paradigmas no contexto da deficiência visual.

3.3 A Educação Física para Deficientes Visuais

Grande parte das pessoas com problemas visuais tendem a não desenvolver habilidades essenciais à vida em razão do comprometimento na capacidade de enxergar, afetando principalmente as áreas de orientação e mobilidade. É importante lembrar que o trauma da cegueira causa inicialmente um desequilíbrio emocional, levando o indivíduo a uma perda da consciência corporal. Dentro do processo de desenvolvimento motor, a "locomoção" segundo Cruickshank & Johnson apud Seabra (1995, p. 08), "*representa uma das mais sérias restrições impostas aos deficientes visuais na sua capacidade de mover-se livremente no espaço"*. A Educação Física é uma das disciplinas, que possui condições de reverter esta situação.

De acordo com Almeida (1995)

> *A Educação Física pode, pois, através de estratégias adequadas, exercer papel importante no desenvolvimento dos deficientes visuais, aproveitando ao máximo os resíduos visuais de que dispõe acrescentando assim, à idéia de atuarmos sobre as dificuldades e também sobre as potencialidades da Pessoa Portadora de Deficiência Visual*.
>
> Almeida (1995, p 14)

A Educação Física não apenas pode, como deve apresentar a estas pessoas, o significado de cada movimento, os músculos e articulações trabalhados e toda a beleza contida em cada gesto e em cada passo dado. Devemos mostrar-lhes que seus corpos presentes no mundo são sensíveis e inteligentes, sendo estes capazes de sobreviverem a todas as dificuldades e preconceitos impostos por uma sociedade que ainda não "enxerga" suas potencialidades.

Para Sacks (1995), a pessoa cega pode construir uma identidade baseada em seu "problema" levando uma vida como qualquer outro indivíduo na sociedade. Para ele *"... os cegos podem, à sua maneira, construir um mundo completo e suficiente, ter uma" identidade cega "completa e nenhum sentimento de incapacidade ou inadequação, e que o" problema "de sua cegueira e o desejo de curá-la, por conseguinte, é nosso e não deles"*.

A orientação funcional da educação motora tem como objetivo principal, fazer do corpo um instrumento perfeito de adaptação do indivíduo ao seu meio físico e social, não podendo desconsiderar jamais as condições de organização do meio ambiente em que vivem. Conforme estabelece Locke e Lambdin apontados por Almeida (1995), *"o confronto – cooperação entre aluno e meio, conforme a sincronia das conquistas, poderá possibilitar espaços para uma maior participação do aluno e inclusive maior autonomia quanto ao seu desenvolvimento motor"*.

Para Merleau-Ponty (1971, p 241) falar de percepção é falar do corpo como ele afirma "*meu corpo é a textura comum de todos os objetos e ele é, pelo menos em relação ao mundo percebido o instrumento geral de minha compreensão. O mundo percebido é o conjunto dos caminhos de meu corpo"*. O deficiente visual mais do que qualquer indivíduo compreende o mundo ao seu redor através de seu corpo.

Com os ajustes necessários e a estimulação adequada é possível criar uma metodologia de ensino para inúmeras atividades esportivas destinadas às pessoas com deficiência visual. Winnick (2004, p. 182), cita uma frase de um atleta chamado *Tim Willis* que resume com propriedade o que estamos buscando com este trabalho: *"Não enxergar não significa falta de visão"*. Com base nisto, percebemos que o grande desafio dos professores está no planejamento adequado e coerente na forma de ensinar, para que as pessoas cegas e com baixa visão possam participar ativamente das aulas de Educação Física e de outras práticas possíveis como os esportes na natureza.

De acordo com Winnick (2004), as atividades de aventura como ele costuma chamar voltada para pessoas com deficiência, teve início por volta de 1971 e apresentou um crescimento

considerável nos últimos 30 anos. Nesta época já se acreditava que tais atividades poderiam estimular "*o desenvolvimento de confiança individual e coletiva, cooperação, confiança, coragem, independência e competência*". Winnick (2004 p.472). Porém os esportes oferecidos quase sempre não ofereciam grandes dificuldades em termos de sistematização. Os que envolviam um risco aparente como os que são realizados em altura, eram considerados pela maioria dos professores como esportes não ortodoxos para grupos especiais.

Hoje sabemos que é possível oferecer atividades de aventura para pessoas com deficiência visual através de programas estruturados com base nas ferramentas pedagógicas que a Educação Física dispõe.

3.3.1 Atividades no "Meio Selvagem"

Na relação entre as condições da pessoa e as condições do meio ambiente, Parlebás (1987) estabelece Três Critérios de Lógica Interna e que conferem às práticas motrizes suas maiores propriedades. São eles:

- *a relação do praticante com o meio físico.*
- *a interação motriz de cooperação.*
- *a interação motriz de oposição.*

De acordo com Rodrigues (2004), a combinação destes três critérios permite caracterizar toda e qualquer situação motora, na qual ele definiu pela sigla "CAI". (C) atende ao critério de interação relativa à presença ou ausência de "companheiros" e (A) para "adversários". (I) considera o espaço de ação, levando em conta a presença ou ausência de "incerteza" devido ao meio físico.

O autor subdivide a interação com os outros (CA) em Psicomotoras: as atividades são realizadas em solitário, ou seja, não requer a presença de companheiros (ex: salto em distância) e em Sócio-motoras: que se caracteriza pela interação entre pessoas. Rodrigues (2004) propõe ainda que esta subdivisão pode ser diferenciada em três tipos: "situações de cooperação ou comunicação motora, situações de oposição ou contra comunicação motora (ex: jogo de tênis, a esgrima, etc) e situações de cooperação-oposição (ex: futebol, voleibol, handebol, etc)". Contudo o único tipo que interessa para nossa análise são as situações de cooperação ou comunicação motora na qual os esportes na natureza se enquadram perfeitamente, já que neste caso a

característica destacada é a cooperação com pelo menos um participante na intenção de atingir um objetivo comum.

O outro critério descrito por Parlebás (1987) e que tem uma relação comum e direta com o tema dos esportes na natureza, é o da incerteza promovido pelo meio físico (I) que é compreendido por “meio estável” e “meio Instável”. Neste último podemos utilizar como exemplo de atividades a escalada, a canoagem, o *canyoning, cascading, rafting* entre outros.

Para Parlebás (1987, p 14), o educador poderá então utilizar cada exercício e cada atividade com total conhecimento de causa, tendo em vista seu projeto educativo. Conferindo ao meio físico, na sua relação com o praticante, ao tratar da diferenciação entre “meio doméstico” (supõe gestos sem surpresas, automatizado, programado) e “meio selvagem” (requer um ajuste às novidades e uma orientação para a adaptabilidade frente a imprevistos), o que implicaria em novas observações. Complementando, Parlebás afirma que nas atividades realizadas em meio selvagem, o *praticante “... mantém um constante diálogo com o espaço: percebe indícios, trata de adivinhar os obstáculos de antemão, e está permanentemente alerta. Esta exigência lógica interna solicita a competência de informações por parte do indivíduo em ação”*.

A Educação Física não deve perder de vista, que tem como uma de suas funções mais importantes, o desenvolvimento integral do indivíduo oferecendo a ele, situações novas e imprevisíveis existentes nas atividades praticadas em meio selvagem.

Sendo assim, este trabalho propõe justamente uma orientação para a adaptabilidade a imprevistos, através da aprendizagem do canionismo, sendo que as habilidades motoras aprendidas nesta modalidade podem ganhar uma nova conotação quando transportadas para o “meio doméstico” enfrentado diariamente.

4. Capítulo 2 – O Esporte na Natureza

> *A aventura é para gente que sonha. Se você se permitir sonhar e realizar, vai ficar com a impressão de que pode realizar tudo o que pretende, pois nada é impossível no sonho.*
>
> Bachelard Apud Costa (2000 p.78)

4.1 Aventura ou Viagem?

A palavra “aventura” tem sua origem no latim (*adventura*), e significa o que rompe a rotina dos dias e provoca espanto, surpresa. Pressupõe ações humanas que transformam o impossível no possível. Para Costa (2000, p.78), do ponto de vista filosófico, a aventura é inerente à natureza humana aparecendo em todas as culturas e épocas. De fato o homem e a aventura sempre andaram juntos, desde os primórdios temos buscado incessantemente por novos desafios a cada dia, hora por necessidade de sobrevivência e em outras vezes por puro prazer.

> *O homem é uma criatura contraditória. Através de sua história ele procura freneticamente segurança, bem estar, e abundância. E no entanto, quando consegue alcançar estas graças, ele logo se torna inquieto e descontente. Fundo na sua natureza existe um anseio pela estrada dura e perigosa, pelas dificuldades e perigos que testam sua perícia e coragem.*
>
> Eric Shipton (Beck, 1995).

Este experiente escalador de montanhas conhecido como Eric Shipton traduz bem em uma de suas mais famosas frases, o conflito interminável dos seres humanos em busca de segurança e conforto, que ao mesmo tempo provoca sua inquietude diante do mundo ainda desconhecido.

Não é preciso escalar uma montanha para compreender o que é a aventura, ou mesmo sair pelo mundo sem rumo em busca dela. Está presente em nossas vidas desde o momento do

nascimento e vai nos acompanhar até o fim de nossa jornada. É preciso olhar com atenção e aproveitar as boas aventuras que a vida nos oferece ou pelo menos senti-las nas realizações de nossos ídolos. Quem já leu os livros de Amyr Klink, um dos maiores navegadores do mundo e de Jon Krakauer alpinista experiente e jornalista, sabe o que é experimentar uma grande aventura de forma indireta, mas nem por isso menos emocionante. Viajamos juntos nos sonhos destas pessoas que nos fazem descobrir recompensas e realizações em feitos menores, como navegar em uma pequena represa ou até subir em uma simples parede de escalada artificial. Para Cardoso (1987, p. 77) *"Há muitas janelas para o espírito humano. Tudo o que interessa é que o homem seja capaz de abrir algumas delas. A aventura é o impulso de abri-las"*.

Para cada um de nós, esta palavra chamada "aventura" ganha um significado especial e singular. Imaginem o que é para uma pessoa com deficiência visual estar em plena Avenida Paulista em horário de pico e sem conhecer o local. Esta pode se tornar a pior aventura de sua vida, se antes de mais não houver um planejamento detalhado de onde se vai partir e em que ponto se quer chegar, procurando de antemão conhecer os prováveis obstáculos a serem vencidos no percurso. Ou ainda fazer com que um uma pessoa cega desça por uma cachoeira de cinqüenta metros de altura através de cordas e equipamentos do canionismo, sem uma boa estratégia preparada para dar os subsídios necessários à prática.

Se a vida na horizontal para um deficiente visual já é demasiada complexa, experimentar um plano novo e até então desconhecido, como o mundo vertical das cachoeiras, abismos e montanhas chega a ser no mínimo assustador. Planejar e testar as idéias são fatores fundamentais para o sucesso da empreitada. E uma pessoa que faz este tipo de análise com muita propriedade é Amyr Klink, que possui características peculiares como, sua capacidade excepcional de estrategista e especialidade em logística. Para ele tudo deve ser planejado, visto e revisto quantas vezes forem necessárias como cita em seu livro Paratii (1992, p. 87) *"O risco maior (...) – era difícil explicar – estava em terra, nas pranchetas de desenho, na qualidade das peças, no cuidado da montagem, na capacidade de se preparar, na coragem de fazer e refazer até que tudo ficasse como eu queria. Perfeito"*. Com base nestes preceitos, Klink ainda nos presenteia com uma nova visão conceitual sobre *"Aventura"* diferenciando a mesma das *"Viagens"*.

> *... as viagens – não as aventuras começam muito antes da data de partida, em lugares muitas vezes estranhos, engraçados ou mesmo desagradáveis.*
>
> Klink (1992, p. 87)

Compartilhamos da idéia de Klink, de que as aventuras acontecem dentro das viagens, pois mesmo tendo a certeza de encontrar inúmeras dificuldades em tudo o que nos propomos fazer, ainda que minuciosamente planejado, devemos estar sempre atentos aos fatores imprevisíveis que caracterizam a verdadeira "aventura".

Como vimos, a palavra "aventura" pode assumir inúmeros significados. Nos últimos vinte anos em especial, ganhou novas conotações através dos esportes que romperam com o tradicional e com as regras pré-estabelecidas, gerando novas modalidades conhecidas por inúmeras denominações como: esportes radicais, de aventura, na natureza, esportes outdoor, eco-esporte, esportes de ação, esporte de alto risco entre outros. Todos estes nomes são empregados muitas vezes de forma equivocada, considerando principalmente interesses comerciais. Os termos mais "fortes" como as palavras "radical ou de risco" são facilmente vendáveis pela mídia para o público leigo, que em geral desconhece estas atividades.

Alguns canais de televisão às vezes anunciam de forma sensacionalista o feito de algum "aventureiro", exaltando o mesmo como praticante do "esporte da morte". E isto não reflete a verdade. Desta forma pressupõem-se que estas modalidades são para poucos, para pessoas que querem desafiar a vida ou que possuem habilidades especiais que os diferenciam de outras pessoas.

A palavra "radical" que significa "*extremo*" é amplamente utilizada por Uvinha (2001, p. 21) em seu livro, enquadrando todas as modalidades classificadas em *aéreas, aquáticas e terrestres* neste conceito de esporte radical, que do ponto vista social me parece um tanto excludente. O autor toma como base o esporte *Skate* (prática predominantemente urbana) e seus praticantes denominados *Skatistas* que utilizam a palavra radical em suas gírias o tempo todo, para expressar manobras de difícil execução especialmente quando não estão utilizando equipamentos de segurança adequados. Nestas condições o risco aparente aumenta e se apresenta como um ingrediente a mais para os praticantes em busca de uma aventura equivocada.

Na maioria dos esportes que envolvem altura, água e velocidade, não há espaço para erros e muito menos para desprezar equipamentos de segurança, já que a "vida" é uma só. Tenho convicção de que ninguém busca os esportes na natureza com a finalidade de extirpar a própria vida. Acreditamos que a utilização de um termo mais abrangente para estes esportes, seja imprescindível para o desenvolvimento e difusão das modalidades e principalmente, para servir de ferramenta de acesso capaz de criar as condições necessárias a todos. Por isso o termo adotado neste trabalho será "esportes na natureza" já que o esporte em questão (*canyoning*) como todos os outros, são dependentes dos ambientes em que são praticados e estes ambientes podem ser acessíveis a qualquer um inclusive às pessoas com deficiências físicas, mentais ou sensoriais como é o caso desta pesquisa que é voltada para pessoas cegas e com baixa visão.

E dentre os esportes na natureza, podemos realizar *"viagens"* e por que não ter algumas *"aventuras"*.

4.2 Esportes na Natureza

Os esportes na natureza surgem espontaneamente por volta da década de 60 e se desenvolvem dos anos 70 em diante, em meio a novos valores sociais que surgiam na época em uma sociedade pós-moderna. Pode-se dizer que os esportes na natureza surgiram na ruptura das práticas esportivas convencionais, provenientes de modalidades olímpicas. Na atualidade, os esportes na natureza têm desempenhado um papel tanto social como educacional e têm proporcionado algumas mudanças como:

- Ocupação do tempo livre em uma sociedade tecnologicamente desenvolvida e conseqüentemente cada vez mais estressante;
- Revitalização de áreas rurais, antes em completa decadência;
- O despertar de interesses políticos e financeiros em todo o mundo, levando à criação de leis que regulamentam o acesso e utilização dos variados ambientes.

O "tempo livre" é uma expressão dos tempos modernos, que reflete claramente o modo de vida das pessoas que tentam encontrar lacunas em suas vidas em busca de algo que se distancie das responsabilidades cotidianas. E elas vêm descobrindo nos esportes na natureza, formas rápidas de sentir novas sensações que aliviam de certo modo os sintomas do stress físico e

mental. A velha expressão *"eu tenho a vida inteira pela frente"*, já não serve mais como referência nos dias de hoje. É preciso gerenciar o tempo.

Outro fator importante dos esportes na natureza está relacionado com a revitalização de locais como fazendas e pequenas cidades interioranas, antes em completa decadência. Algumas regiões do Estado de São Paulo, por exemplo, ao longo dos anos tiveram suas terras supervalorizadas em função da expansão urbana pela demanda de espaço e isto levou seus proprietários à falência, pois criar animais e a agricultura já não eram mais interessantes e suficientes para o sustento das famílias e das propriedades. O que antes era desprezado pelos proprietários como trilhas e cachoeiras, de repente tornou-se a maior fonte de renda destes locais, fazendo com que o turismo rural ganhasse força e se expandisse por todos os cantos do país. Todo este novo e promissor movimento, também acabou gerando a necessidade de se criar uma legislação ambiental nacional que é considerada uma das mais completas e bem elaboradas do mundo. Infelizmente, também uma das menos respeitadas e mal aplicadas em função de interesses políticos.

4.3 *Stress*: um mal necessário

Vivemos em um mundo em constante mutação que evolui e transforma-se a uma velocidade assustadora. Criamos e desenvolvemos uma sociedade moderna e tecnologicamente evoluída, mas que ao mesmo tempo tornou-se dependente e escrava de suas próprias invenções. O modelo de vida assoberbado que adotamos na era contemporânea coloca o ser humano num estado permanente de busca e descobertas que nem sempre produzem como resultados, algo que represente qualidade de vida às pessoas e menos ainda condições de preservação do mundo em que vivemos.

Muitas vezes na tentativa de encontrar soluções, acabamos gerando novos problemas, principalmente no que diz respeito às questões ambientais. Felizmente, um movimento de despertar dos seres humanos para estas questões parece crescer, ainda que lentamente, no início deste novo século. E na tentativa de "fugir" dos grandes centros urbanos, as pessoas têm procurado como refúgio o meio rural e os esportes praticados neste ambiente, visando minimizar um progressivo distanciamento de suas relações com a natureza. Esta visível necessidade de um

reencontro com as origens faz com que os homens comecem a fazer o caminho inverso, mesmo que apenas por breves momentos para tentar atenuar os efeitos estressantes do dia a dia.

A violência urbana, a poluição de todos os tipos, o trânsito infernal, a falta de tempo, problemas financeiros, problemas familiares, cargas horárias exaustivas, condições desumanas de trabalho, são apenas alguns dos fatores causadores de reações emocionais, fisiológicas e físicas que nos colocam em estado de alerta diante de situações de perigo real ou imaginária conhecida como *estresse*, que de acordo com o Dicionário de Educação Física e Esporte significa:

> *Qualquer situação pela qual o equilíbrio homeostático do corpo é perturbado. (...) pode ter a forma de dor, infecção, adversidade, alguma força deteriorante, ou ainda vários estados anormais que tendem a perturbar o equilíbrio fisiológico normal do corpo (homeostase).*
>
> Barbanti (2003, p. 241)

Especialistas explicam que o *stress* é o mecanismo que põe em alerta as funções corporais e prepara a pessoa para a ação. Em pequenas doses, melhora o desempenho e aumenta a produtividade. Quando o stress persiste e se torna crônico, pode ter efeitos devastadores para a saúde e o bem-estar. Talvez o stress seja um dos principais fatores que vêm motivando as pessoas a buscarem lugares que possam proporcionar diversão e relembrar que ainda são capazes de sentir e lidar com emoções como prazer, medo e a sensação de liberdade como a maioria das pessoas descreve quando praticam um esporte integrado à natureza.

O explorador de montanhas Reinhold Messner que é o primeiro homem a escalar todas as montanhas com mais de 8000 metros de altitude e também o Everest sem oxigênio, descreve bem estas sensações de contato com a natureza em sua célebre frase que os montanhistas bem conhecem:

> *Mas os dias que estes homens passam nas montanhas são os dias em que realmente vivem. Quando as cabeças se limpam das teias de aranha, e o sangue corre com força pelas veias. Quando os cinco sentidos recobram a vitalidade, e o homem completo se torna*

> *mais sensível, e então já pode ouvir as vozes da natureza, e ver as belezas que só estavam ao alcance dos mais ousados.*
>
> (MESSNER *apud* BECK, 1995)

Cardoso (1987) descreve em seu livro a capacidade que o homem tem de literalmente amontoar pessoas em pequenos espaços com segurança de abastecimento e relativo grau de segurança em relação a doenças, ou seja, somos capazes de criar condições favoráveis para nos estabelecermos. Contudo, o autor destaca que a mente e a alma dos seres humanos têm sido menos protegidas. De fato, os consultórios de psiquiatras e psicólogos estão cheios em função do estilo de vida que o sistema nos impõe. Parece que ninguém está a salvo deste mal moderno. Bill Gates dono da Microsoft costuma dizer que *"... o mundo todo opera em intervalos de cinco minutos"*.

Estamos vivendo na era da informação, na qual o importante é estar ligado em tudo o que se passa ao nosso redor. Não se pode perder tempo com nada, é preciso estar "conectado" vinte quatro horas. Infelizmente somos praticamente obrigados a entrar no ritmo e nem percebemos o que estamos deixando para trás como diversão, família, amigos, viagens, prática de esportes, lazer entre outras coisas que podem ser os melhores mecanismos de controle do *stress*. O que não é considerado uma doença, já que é uma reação instintiva ao perigo real e imaginária ou a uma situação de desafio. Mas o *stress* não é necessariamente apenas uma reação negativa. Para Andrews (2003) pode ser desencadeado em função de um desafio e isso é visto como algo positivo podendo despertar o que há de melhor nas pessoas.

Os hormônios liberados em nosso corpo estimulados pelo *stress* podem fazer com que um atleta supere marcas e limites em uma competição importante como uma Olimpíada e Paraolimpíada ou servir de ingrediente para a prática de esportes na natureza. O principal hormônio do *stress* é conhecido como adrenalina, que além de provocar sensações de prazer durante as aventuras, também é responsável por inúmeras modificações fisiológicas em nosso organismo.

Quando praticamos determinados esportes na natureza, especialmente aqueles que envolvem um risco aparente como o *canyoning*, (já que normalmente as atividades devem ser feitas com segurança), a sensação de estar a vários metros do chão preso apenas por uma corda sob muita água gelada, desencadeia uma série de reações químicas que partem do hipotálamo e

descem pelo tronco encefálico e medula, iniciando o processo de alarme através da liberação do hormônio conhecido como adrenalina. A partir deste momento tudo muda, o coração e a respiração aceleram, a pressão sanguínea se eleva, as pupilas se dilatam, os intestinos praticamente param e os músculos recebem oxigênio muito acima do normal, fazendo com que a energia do corpo pareça triplicar. Todas estas reações resultam em uma emoção muito conhecida de todo ser humano: o medo. Poder experimentar esta sensação sempre que possível sem correr o risco real de morte, é um dos fatores que move as pessoas na busca pelos esportes na natureza.

De acordo com relatos de alguns sujeitos cegos durante a pesquisa, ter o conhecimento prévio da atividade a ser submetido como: informação da altura em que estavam (ponto de saída) em relação ao solo (ponto de chegada), os graus de dificuldade das saídas de cada rapel, os tipos de piso em que se encontravam (liso ou áspero) eram fatores que criavam uma expectativa muito grande fazendo com que a sensação de medo estivesse sempre presente, pois tinham conhecimento das potencialidades do esporte.

Quando dávamos apenas informações técnicas sobre a atividade e poucos detalhes sobre o local explorado aos alunos cegos, notamos que realizavam-na da mesma forma em termos de deslocamento, porém com mais tranqüilidade. Apenas reproduziam os movimentos guiados por nossas instruções e os indicativos de medo que não desapareciam por completo eram bem menos expressivos e aparentes. O que nos fez concluir que a falta de visão neste caso, caracterizou-se como uma vantagem na prática de atividades que envolvem altura. Fato este que não se confirmou com os sujeitos de baixa visão, pois conseguiam captar informações sobre o local e a atividade que iriam realizar. Tinham capacidade de reconhecer a altura.

4.4 Risco

Este costuma ser um tema complexo quando se fala de esportes na natureza, já que pressupõem a possibilidade de estar jogando com a própria vida. A partir do momento em que nascemos e somos apresentados ao mundo, estamos sujeitos aos problemas e contratempos que a vida oferece, ou seja, correr riscos é uma condição inerente a qualquer ser vivo.

Ao longo do tempo, a concepção de risco sofreu modificações de acordo com o pensamento da época, com a cultura e principalmente com a relação de dependência dos homens com a natureza:

> *o futuro era percebido como uma questão de sorte ou resultado de variações aleatórias do ambiente. O clima era a variável que mais provocava surpresas pelo menos até as Cruzadas. As noções de risco que conhecemos hoje em dia não se aplicavam a essa época.*
>
> (BERNSTAIN *apud* COSTA 2000, p. 90)

Nos dias de hoje temos condições de prever alguns problemas que aterrorizavam as civilizações antigas e até modificá-los, como a cura de algumas doenças que dizimavam milhares de vidas. Este risco ainda existe com o surgimento de epidemias ou de doenças como a AIDS. Contudo, estes problemas não colocam a sobrevivência de nossa espécie em uma condição de risco extremo e devem ser resolvidos pelo coletivo. Nossa real preocupação diária está centrada em outras questões, como no enfrentamento de problemas relacionados à preservação física e moral de si mesmo.

> *Também a competição e a luta pela sobrevivência na sociedade ao mesmo tempo nos atraem e nos atemorizam, e percebemos que delas não podemos fugir. Percebemos então que o risco é um companheiro do cotidiano e que precisamos conhecê-lo, calculá-lo, controlá-lo.*
>
> Costa (2000, p. 90)

Isso fica mais evidente na prática de esportes na natureza, já que as pessoas podem escolher até que ponto estão dispostas a correr determinados riscos baseadas em seus valores pessoais.

Como vimos, o risco pode apresentar-se como um fator altamente subjetivo diante da realidade a ser analisada. Quando as pessoas procuram as práticas esportivas que envolvem “riscos”, não estão procurando com isso tornarem-se suicidas em potencial. Na verdade estão em busca de valores que possam ser traduzidos em prazer e conquistas. No íntimo, certamente cada um tem suas razões para gostar dos esportes na natureza e de vivenciar as sensações de riscos

reais e imaginários. Le Breton apud Costa (2000, p. 98) fala que a "*incerteza dos acontecimentos é a matéria do risco"*.

Por mais técnica e conhecedora de uma atividade que envolva o perigo, as pessoas sempre vivenciam momentos de incerteza e se questionam - será que o equipamento vai resistir? É justamente esta incerteza que produz a sensação de medo e de enfrentamento da "morte" de forma simbólica. De acordo com Costa (2000, p. 99) "*Ultrapassando a morte, o indivíduo ganha mais força no seu modo de viver. Ele reconstrói um gosto especial pela vida, um sentimento de identidade e de poder renovados"*. Os esportes na natureza podem ser considerados como uma forma lúdica de vivenciar tais sensações de risco. O autor ressalta ainda, que estas atividades funcionam como estímulo ou atrativo para vivenciar estes enfrentamentos:

> *manifestam uma audácia para poder desencadear este risco, autorizada pela idéia confiante de serem capazes de lançar-se no espaço, na profundidade, na imersão, na luta contra os obstáculos da natureza, associada a um excitante e reconfortante prazer de realizar (vertigem) e de tê-lo feito com muita competência.*
>
> Costa (2000, p. 99)

É preciso deixar claro que a prática dos esportes na natureza de maneira geral exigem muita prudência, para que a experimentação do risco imaginário não se torne real. O perigo está sempre à espreita e exige atenção permanente. Com a popularização de tais práticas e do acesso facilitado a materiais e equipamentos específicos, o número de acidentes tem subido assustadoramente. Isso é fruto de um crescimento desordenado e sem direcionamento. Muitos lojistas estão preocupados apenas em lucrar com a venda dos equipamentos sem se importarem com as conseqüências que acabam por prejudicar a todos.

No final de 2004 a mídia relatou dois acidentes fatais na prática de *Cascading* (rapel em cachoeira) em duas cidades paulistas famosas pela prática de esportes na natureza. Em ambos os casos, a falha foi humana. Estatisticamente não há dados sobre acidentes causados por falha de equipamentos específicos e homologados para estas atividades. Talvez seja por este fato que as pessoas se submetem às condições de risco que os esportes oferecem, por depositarem sua confiança nos aparelhos de segurança. Mas esquecem de verificar quem os opera.

Correr riscos como já mencionamos anteriormente é algo inseparável das pessoas, mas é também no sentido de escolha, um direito. E como esta pesquisa trata de um esporte de aventura voltado para deficientes visuais, acredito que estas pessoas tenham direito de correr “riscos” tanto quanto qualquer outro indivíduo. Que possam ter a chance de escolher e à sua maneira descobrirem os significados do risco real e do imaginário. Se são pessoas, antes de tudo, correm os mesmos riscos que qualquer outro ser humano está sujeito, se não, alguns mais. Existir por si só, talvez seja o maior de todos os riscos como nos mostra o poema a seguir:

> *Correr o risco de viver! A vida a isso obriga desde o início, ajudado por aqueles que aprenderam a trazer-nos socorro. Depois ela mostra muito rápido que não existe verdadeiramente nenhum lugar seguro, especialmente se não nos contentamos somente a ver a vida passar. Se somos homens, para seguir a vertente da vida a direito, temos, antes de mais, de nos por de pé. Depois é necessário não parar de subir. Mais alto que o berço, sobre o qual passava o céu, o cimo das árvores e as caras familiares. Mais alto do que o pequeno homem em que nos tornamos. Mais alto que as sombras do medo. Mais alto que a imagem de nós mesmos, cada dia mais construída. Mais alto que o olhar dos outros. Mais alto no sentido das alturas do mundo onde viver é cada dia correr o risco de não mais viver .*
>
> (PETZL, 2000 p. 05).

5. Capítulo 3 – *Canyoning*: um Esporte Anfíbio

5.1 Conceitos sobre Canionismo

Há muita confusão ainda quando se fala de canionismo no Brasil. Como as atividades realizadas no meio natural vêm se difundindo rapidamente, é de se esperar que algumas informações sejam transmitidas erroneamente em função de fatores como: falta de conhecimento histórico e técnico das modalidades e pelo fato de a maior parte dos dados virem de livros, periódicos e boletins estrangeiros, com inúmeras versões vindas de escolas diferentes, porém tradicionais como a escola francesa de espeleologia (estudo de cavernas) e espanhola (*descenso de barrancos*). Mas o principal está relacionado aos interesses mercadológicos que quase sempre atropelam todas as normas e ignoram as raízes dos esportes na natureza.

São muito comuns as agências de aventura que vendem cursos de *canyoning*, quando na verdade estão oferecendo vivências ou cursos de *cascading* que é na prática apenas uma das fases do *canyoning* que compreende as descidas em cachoeiras através da técnica de rapel (descida por corda com freio).

Para melhor situar os verdadeiros conceitos sobre este esporte, descrevemos a seguir quais são as terminologias que vêm sendo discutidas e aceitas no Brasil e no mundo. (Fig. 1)

- **Canionismo –** Atividade esportiva que consiste na exploração de *canyons* ou cânions que podem ter ou não a presença de água. A exploração pode ser realizada a pé em cânions secos ou mesmo com água através de embarcação como botes, caiaques ou até mesmo bóias em cânions cortados por rios com corredeiras grandes. Enfim, todas as formas de transpor os obstáculos dos cânions são considerados canionismo podendo ser dividido em *Canyoning, Cascading e* exploração de Grandes Cachoeiras, sendo este último o mais recente dos termos;
- ***Canyoning* –** Consiste na exploração do leito dos rios e seus acidentes geográficos. O *Canyoning* é considerado um esporte anfíbio, pois a presença de água é predominante durante todo o percurso podendo haver também, trechos secos. Pode se dizer que é um

esporte completo que mescla as técnicas verticais do alpinismo e da espeleologia (exploração de cavernas), tendo afinidade com esportes aquáticos como o *rafting*, a canoagem e o *aqua-raid*. As dificuldades e técnicas empregadas nesta modalidade são inúmeras, variando muito de acordo com o ambiente e as regiões exploradas que podem ser desde locais próximos a áreas urbanas, como lugares inóspitos nunca antes visitados pelo homem. As técnicas mais comuns e freqüentes são: Rapel positivo, negativo e guiado, saltos, natação, *floating* (flutuação em corredeiras), tobogãs (escorregadores), tirolesas (travessia aérea por corda) e *water trekking* (caminhada em águas rasas). Para a prática do canyoning é preciso fazer a aproximação, entrada, exploração do leito do rio e saída do cânion;

- ***Cascading* –** atividade de rapel em cachoeiras. Consiste apenas em descer de rapel em cachoeiras, retornando ao topo da mesma normalmente por uma trilha para realizar uma nova descida. No *cascading* não há a exploração do leito do rio em sua totalidade;
- **Grandes Cachoeiras –** este um termo novo dentro do canionismo, que tem como finalidade explorar grandes quedas d'água com mais de 100 metros de altura. A preparação e as técnicas para este tipo de atividade são infinitamente mais complexas do que em um *cascading*.

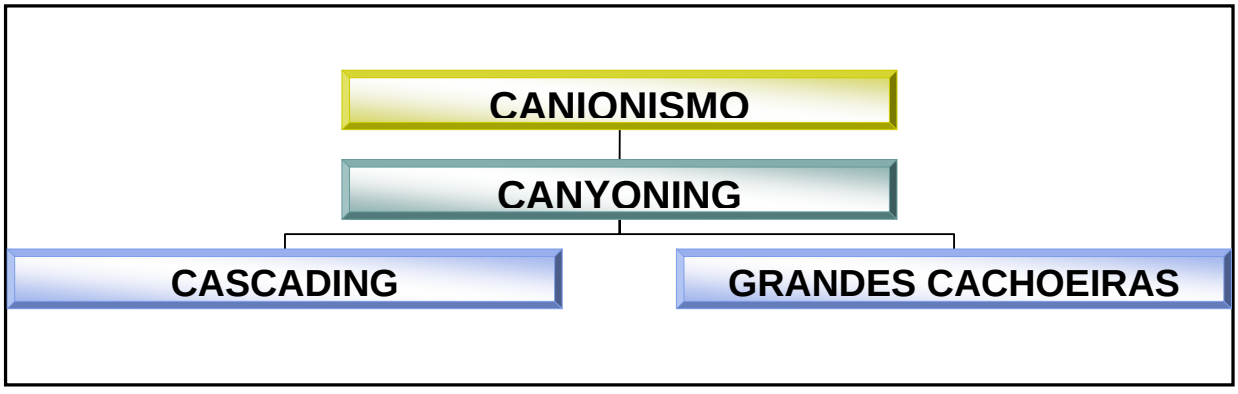


Figura 1: Sub-divisões do Canionismo

A tradução da palavra *Canyon* do inglês para o português significa "canhão" e recebe este nome em função das características dos rios que cortam os canions, pois geralmente são estreitos e aprisionados por grandes paredes rochosas ou pela mata, isto é, assim como um canhão que vai

afunilando ou estreitando ao longo de seu comprimento, os cânions seguem o mesmo princípio. De acordo com o Dicionário da Língua Portuguesa Aurélio Buarque de Holanda Ferreira (1985, p. 341) canhão também quer dizer *"garganta sinuosa e profunda cavada por um curso de água"*. Contudo acreditamos que tenha prevalecido o termo em inglês, para identificar o esporte por questões estéticas em relação à pronuncia da língua portuguesa, já que a palavra "canhão" não ficaria bem empregada. A modalidade de explorar o leito dos rios nos canions, recebe o nome de "Canyoning". Em países europeus e nos Estados Unidos recebe outras denominações como: *Descenso de Barrancos*, *Descenso de Cañones* ou *Barranquismo* (Espanha), *Torrentismo* (Itália) e *Canyoning* na Alemanha, Estados Unidos e França onde também se usa *Canyonisme*.

A maior força do canionismo encontra-se na França e Espanha em função da grande quantidade de canions que existem nestes países e pela tradição, já que a modalidade surgiu nesta região do continente europeu. Também são provenientes destes países, os órgãos internacionais responsáveis pelo desenvolvimento do esporte e regulamentação de sua prática como a Federação Francesa de Espeleologia e o Comitê Europeu de Canionismo. No Brasil, existe desde outubro de 2000 a Associação Brasileira de Canionismo – ABCânion, responsável pela organização da modalidade no país.

5.2 Histórico do *Canyoning*

Este breve histórico está baseado nos manuais das escolas espanhola (Salamero, 2001), francesa, 1999 e no autor Ayasse, 1991.

No início do século XX começaram as explorações dos cânions. Inicialmente, as únicas pessoas que se arriscavam a entrar nestes cânions eram os pescadores mais ousados, porém eles entravam apenas nos mais acessíveis. Cânions e cavernas sempre foram lugares misteriosos e secretos, por isso eram associados a uma mitologia que fascinavam os homens diante dos locais desconhecidos, mágicos e profundos na busca por uma cosmologia universal.

Em 1888, o hidrogeólogo Édouard Alfred Martel considerado o pai da espeleologia e criador da primeira associação de espeleólogos da França, realizou a travessia da caverna de *Bramabiau* que pode ser comparada a um cânion. De certa forma, Martel que explorava e pesquisava cavernas nem imaginava que ao percorrer trechos do leito de rios dentro e fora de cavernas, estava criando um novo esporte chamado atualmente de *canyoning*. A partir de então se

passou a explorar os cânions mais expostos dos países Bascos que compreende a região oeste da França e comum à Espanha nas gargantas de *Ehujarre* e de *Kakouetta*. A garganta de *Holçarte Olhaduby* com seus obstáculos naturais e cachoeiras não puderam ser vencidas por serem difíceis de serem superadas com o material que dispunham na época.

A corajosa equipe de Martel se lançava nas gargantas rochosas com pesados equipamentos como cordas de espeleologia, barcos que tinham que ser atravessados pelas matas e um material extremamente rudimentar se comparado aos dias de hoje.

A primeira descida completa do grande *Canyon do Verdon* foi realizada por Martel e Janet em 1905 em 4 dias com seus pesados equipamentos.

Em 1906 Martel e Armand Janet percorrem a fenda de *Daluis no Vale do Var* dentre os Alpes –Marítimos. Em 1928 foi percorrida pela primeira vez a célebre fenda de Aiglun no Vale de Esteron, por Jacques Moreau em duas etapas: uma, rio acima e outra rio abaixo anteriormente ignorada por Martel.

Por volta de 1985 o canionismo passa a ter um irreversível crescimento, despertando os interesses de espeleólogos e alpinistas que passam a adaptar suas técnicas e conhecimentos ao meio aquático. Isso fez com que a atividade ganhasse ao longo dos anos, muitos adeptos pelo mundo todo que passaram a lançar-se em rios encachoeirados e outros obstáculos através de técnicas e conhecimentos no limite da inconsciência.

Por volta de maio de 1991 um grupo formado por escaladores franceses e canionistas, organizaram uma série de atividades e encontros sobre o tema que resultou na realização do primeiro Curso de Monitores de Canionismo. Durante os períodos de estudo para a montagem deste curso neste mesmo ano, estabeleceu-se as primeiras regras e recomendações da modalidade que foram amplamente difundidas pelo Ministério da Juventude e Esportes da França em 1992. Este passou a ser o primeiro documento oficial que regulamentava a atividade de canionismo. A partir de 1994 criam-se comissões técnicas que aplicam as primeiras provas de acesso para formação de instrutores federais. Em 1995 lançou-se uma campanha de prevenção de acidentes com a elaboração de cartazes explicativos.

Na Escola Francesa de Canionismo da Federação Francesa de Espeleologia, uma pessoa que deseja tornar-se um instrutor de *canyoning*, precisa passar por treinamento de três anos antes de começar a atuar. As regras na Europa para se atuar com esta modalidade são extremamente rigorosas, chegando a ponto de ser proibido a prática de canionismo comercial, como ocorre na

Itália. É permitida apenas a prática esportiva para grupos de canionistas. A transgressão destas leis em casos de acidentes são punidas com a prisão dos responsáveis.

5.3 *Canyoning* no Brasil

O *Canyoning* começou a surgir no final da década de 80 e início dos anos 90, através do fotógrafo e aventureiro Carlos Zaith considerado o pai do canionismo no Brasil. Formado em Belas Artes, mas sob forte influência da família, desde criança vive uma estreita relação com a natureza de onde surgiu seu grande interesse por lugares como cavernas, matas e cachoeiras.

Figura 2: Carlos Zaith – Difusor do *Canyoning* no Brasil

Entre 1981 e 1989 explorou e fotografou as mais belas cavernas brasileiras como espeleólogo. Dentro deste mesmo período que compreende os anos de 88 a 91 assumiu atribuições dentro da Sociedade Brasileira de Espeleologia – SBE onde obteve acesso a boletins estrangeiros que tratavam da exploração de cavernas na Europa. Percebeu então em algumas fotos, que os espeleólogos começavam a aparecer vestidos com roupas de borracha nos trechos de rios e cachoeiras e utilizando-se de técnicas específicas para transpor obstáculos naturais como vemos na (Fig. 3).

Carlos Zaith e outros espeleólogos experientes demonstraram interesse pela nova modalidade e criam um grupo chamado “H2Omem”, que passou a desenvolver e difundir a modalidade no Brasil como um esporte. A partir de então se percebeu um distanciamento do *Canyoning* da Espeleologia, adquirindo identidade própria enquanto prática e organização.

Figura 3 Revista Geográfica Universal - 1989

Reconhecido internacionalmente, o canionismo se espalha pelo mundo através de associações e grupos que estudam e desenvolvem este esporte criando suas regras e até equipamentos específicos. O Brasil está hoje entre os dez países com maior número de praticantes do mundo e entre os primeiros em consumo de equipamentos específicos. O *Cascading* que representa apenas uma das muitas fases do *Canyoning* tem sido o principal responsável pela difusão explosiva da modalidade no país. Certamente em função da nossa exuberante natureza e pela relativa facilidade de acesso a locais potenciais, temos um mercado consumidor que figura entre os mais fortes do mundo como avaliam as principais entidades e publicações da área de esportes na natureza.

O país é ideal para a prática do canionismo, já que possui uma topografia rica em rios, cachoeiras, gargantas e cânions. Os mais conhecidos são a Serra do Cipó (MG), a Aparados da

Serra (RS), Brotas e Altinópolis (SP), Parque Nacional da Chapada Diamantina (BA), Chapada dos Veadeiros (GO) e a Chapada dos Guimarães (MT).

5.4 Equipamentos utilizados no *Canyoning*

A prática do *Canyoning* exige de seus praticantes o domínio das técnicas verticais, que implicam na utilização de alguns equipamentos do alpinismo e da espeleologia. Com o crescimento e diversidade destas modalidades de esportes na natureza, surge a necessidade de se desenvolver materiais específicos para cada atividade em especial como é o caso do *Canyoning*, que já possui equipamentos específicos para essa finalidade.

Os equipamentos em sua maioria são importados da Europa, onde existem os fabricantes mais antigos e tradicionais como: *Petzl* e *Camp*. Nos Estados Unidos existe a *Black Diamond* e *New England* e no Brasil a *Kailash*, sendo esta a primeira marca nacional a conseguir certificação internacional.

As equipes que trabalham de forma consciente, procuram utilizar somente equipamentos homologados pela "UIAA" - União Internacional de Associações de Alpinismo, com sede em Genebra – Suíça, que tem como principal objetivo congregar as federações do mundo todo, regulamentando e organizando a escalada e demais modalidades existentes. Desta forma, os equipamentos homologados por esta instituição, devem vir com a marca "UIAA" gravados nos mesmos, o que significa que os equipamentos foram testados e seguem um padrão internacional rigoroso. Outro selo de comprovação é o "CE" – que é uma marca de conformidade do Mercado Comum Europeu.

A marca *Petzl*, que é uma das mais conceituadas e conhecidas no mercado internacional, além do selo UIAA, possui ainda o ISO 9001 e um laboratório de testes próprio, onde se desenvolveu a margem de segurança "Três Sigma", que é um método de cálculo estatístico que permite determinar a um produto, um valor de resistência que será válido para todo um lote de peças produzidas. Quando se detecta um defeito, em função da frequência ou da importância, separam-se as unidades defeituosas e se interrompe a produção. Em qualquer caso, é procedimento padrão uma investigação sistemática para determinar a origem do problema a ser corrigido.

Os materiais utilizados no *canyoning* são divididos em equipamentos de proteção individual e equipamentos de proteção coletiva descritos abaixo conforme normatização da Associação Brasileira de Canionismo – ABCânion.

5.4.1Equipamentos de Proteção Individual

São equipamentos que têm como objetivo principal, dar suporte e proteção individual aos praticantes.

5.4.2 Roupa de Neoprene

O material que compõe esta roupa é resultante de uma chapa de borracha expandida sob alta pressão e temperatura, revestida com tecido ou outros materiais através do processo de vulcanização. Tem como objetivos proporcionar proteção térmica evitando que o praticante entre em hipotermia e proteção mecânica contra impactos e raspagens em pedras. Também permite ao canionista ter boa flutuabilidade em águas profundas. As espessuras podem variar de 2 a 8 mm (Fig. 4).

5.4.3 Capacete

Assim como os demais equipamentos, o capacete tem a importante função de proteger os praticantes de *Canyoning*, apesar de ainda negligenciado por pessoas inexperientes. O principal objetivo de utilizá-lo, é evitar que o esportista seja atingido por objetos que descem o leito dos rios através da força das águas como pequenas pedras, galhos de árvores e até equipamentos que podem cair acidentalmente. Outra importante função do capacete é proporcionar um certo “conforto”, com relação à força da água que cai sobre o canionista.

Figura 4: Roupa de Neoprene

Figura 5: Capacete

5.4.4 Cadeirinha

Ficar pendurado em um abismo por uma corda, certamente não é uma situação das mais confortáveis. Na tentativa de minimizar os riscos e facilitar o trabalho em altura, criou-se um dos equipamentos mais importantes para a prática de esportes em altura: a cadeirinha, que é um conjunto de fitas convenientemente costuradas, constituídas de duas partes: um cinto largo que envolve o quadril tendo em uma de suas extremidades uma fivela de alta resistência e as perneiras que estão interligadas com o cinto. Estes equipamentos são fabricados com material sintético, com capacidade para suportar em torno de duas a três toneladas dependendo do modelo.

O mais importante a respeito das cadeirinhas é saber como elas devem ser utilizadas, enfatizando sempre os procedimentos de segurança como o fechamento das fivelas (Fig. 7).

Figura 6: Cadeirinha

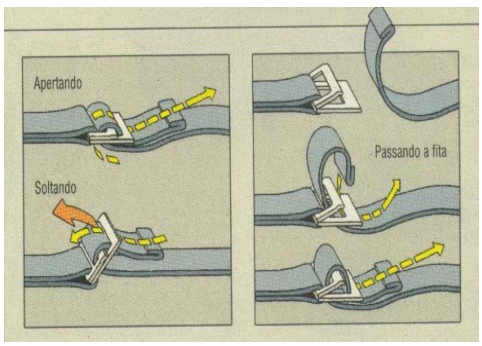


Figura 7: Fechamento da fivela de segurança

5.4.5 Longe Dupla

A longe dupla é um equipamento indispensável para qualquer pessoa que tenha intenção de praticar *canyoning*. Tem como função principal proporcionar segurança ao praticante em locais onde há risco de queda. Também é utilizada para auto-resgate ou resgate de terceiros. Deve ser montada em corda dinâmica de 9mm e acompanhadas de dois mosquetões com trava em cada extremidade. As duas pontas devem ser de tamanhos diferentes, sendo uma longa e uma curta. A longe deve estar presa à malha rápida da cadeirinha.

Figura 8: Longe Dupla

5.4.6 Mosquetões

Mosquetões são peças de extrema importância para a realização do *Canyoning* e de outras modalidades de aventura. Os mais modernos são fabricados com uma liga de “duralumínio”, o que torna os mosquetões além de peças muito leves, também extremamente resistentes. De maneira geral, estas peças têm como principais funções montar ancoragens, estabelecer a conexão da cadeirinha com os demais equipamentos e acima de tudo, garantir a segurança dos praticantes.

Historicamente, os mosquetões surgiram da necessidade que os primeiros escaladores com seus materiais rudimentares tinham, de fixarem suas cordas e equipamentos de maneira segura. No princípio, foram adaptados elos de grandes correntes que tinham uma pequena abertura em uma de suas hastes. Com a evolução tecnológica, os mosquetões foram sendo aperfeiçoados com materiais cada vez mais leves e resistentes, ganhando também alguns ítens imprescindíveis como a trava de segurança (gatilho) e os diversos formatos com finalidades específicas e com diferentes capacidades de carga.

Existe uma grande variedade de mosquetões sendo os mais utilizados, o mosquetão “Pêra” (com grande abertura no gatilho), oval, “D” assimétrico e “D” simétrico que são de resistência elevada. É de extrema importância lembrar que os mosquetões apesar de suportarem cargas elevadas, são acima de tudo peças extremamente sensíveis a quedas e trações em sentidos não recomendados pelo fabricante.

Figura 9: Modelos de Mosquetão

5.4.7 – Descensores (Freios), Blocantes e Ascensores

Os freios assim como os mosquetões, também são peças construídas em duralumínio com as mesmas características de resistência e leveza. Estes descensores, como o próprio nome diz são equipamentos utilizados para a realização de descidas através da técnica denominada de “rapel”, conectados a uma ou duas cordas. Em geral os freios costumam funcionar através do atrito da corda com o aparelho, controlando a velocidade das descidas. O descensor mais utilizado e versátil para a prática de *canyoning* é o freio “oito”, que dependendo da colocação e manobra empregada também pode ser utilizado para fazer ascensão pela corda em caso de necessidade (Fig 10).

Ascensores são equipamentos essenciais para o caso de um auto-resgate ou especificamente para auxiliar na montagem de sistemas de içamento ou tensionamento de cordas (tirolesa). Os mais conhecidos são peças grandes popularmente chamados de “Jumar”. Este material se prende à capa das cordas através de uma pequena peça metálica recoberta de

pequenos dentes, que deslizam quando empurrados para cima, porém travando firmemente quando tracionado em sentido oposto (Fig. 11).

Figura 10: Freio Oito

Figura 11: Ascensores

Figura 12: Shunt

O bloqueador mais utilizado por canionistas é o *shunt*, que tem por finalidade principal dar segurança de bloqueio durante uma descida de rapel solitário. Em caso de pane, bloqueia automaticamente só pelo ato de soltá-lo (Fig. 12).

5.4.8 Mochilas e Sacos Estanques

As mochilas e Sacos estanques são fabricados em borracha grossa e resistente a abrasão, projetadas para depois de fechadas não permitirem a entrada de água em seus compartimentos. Assim pode-se manter secos os equipamentos fotográficos ou de filmagem, comida, medicamentos (primeiros socorros) e o que mais for necessário. Uma grande vantagem destas mochilas é que depois de fechadas com ar dentro, tornam-se flutuadores que servem como bóias para os canionistas. Também existem mochilas que têm a função inversa à estanque. São

projetadas com aberturas pequenas para que a água apenas passe por elas e não fiquem muito pesadas. São utilizadas para carregar as cordas molhadas.

Figura 13: Mochilas e Sacos Estanques

5.4.9 Apito, Canivete, Lanterna e Cantil

Apito é um objeto pequeno e simples, porém indispensável no sistema de comunicação dentro dos cânions. Para isto existe um código internacional de utilização do apito em casos de emergência ou por falta de comunicação visual ou verbal.

Canivete ou faca pequena têm por finalidade cortar algum objeto que posso enroscar no freio como cabelo, roupas e fitas. Também podem ser utilizados para o corte da corda em caso de resgate.

Lanternas são importantes por dois motivos: alguns cânions na medida em que se aprofunda, tornam-se escuros pela impossibilidade de penetração da luz solar. O segundo motivo é que dependendo do tempo que se leva para atravessar o cânion, pode ser necessário passar a noite dentro do mesmo. E finalmente um cantil que tem como finalidade armazenar água ou qualquer outro tipo de bebida hidratante para manter o equilíbrio hídrico do nosso organismo.

5.5 Equipamentos de Proteção Coletiva

5.5.1 Cordas Estáticas

As cordas estáticas são utilizadas em várias atividades como: técnicas verticais e *Canyoning*, já que são cordas de baixa elasticidade (entre 1% e 2%) próprias para suportar grandes cargas em média três toneladas (Fig. 14). São fabricadas com fibras sintéticas extremamente resistentes. As cordas são divididas em duas partes distintas: “capa e alma” (Fig. 15). A alma é composta por longos filamentos (grande quantidade de pequenas cordas entrelaçadas) sem emenda, sendo esta a responsável pela alta resistência das cordas. Já a capa, tem a importante função de proteger a alma.

As cordas utilizadas para o *Canyoning* são de 9 a 10mm de espessura e podem ainda ser tratadas com substâncias como o silicone ou teflon capazes de repelir a água tornando-as impermeáveis e flutuantes. Contudo, o mais importante a saber sobre este material, é que estas cordas foram projetadas especificamente para modalidades esportivas de aventura, sendo impraticável e altamente perigoso a utilização de qualquer outro tipo de corda como as que são utilizadas para amarrar cargas em caminhões. Atitude esta, que pode causar lesões irreversíveis ou até mesmo a morte.

Figura 14: Corda Estática

Figura 15: Composição da corda

5.5.2 Fitas

As fitas são parte integrante e indispensável do equipamento de *Canyoning* por sua versatilidade e segurança. Podem ser tubulares ou simples e costuradas (Fita anel), confeccionadas em *nylon* de alta resistência. As fitas têm ampla utilização servindo normalmente para a montagem das ancoragens, amarrações, estribos e como dispositivo de segurança pessoal (auto-fixação) com a fita-solteira.

Figura 16: Fitas de segurança

5.5.3 Máscara de Mergulho

As máscaras de mergulho são importantes principalmente quando se realiza a conquista de um cânion, pois em alguns poços com potencial para saltos, se faz necessário uma verificação da profundidade e de possíveis obstáculos como pedras submersas. Também pelo fato do leito dos rios estarem em constante modificação, o que altera as condições da calha dos mesmos. As máscaras podem ainda ser de grande valia, quando se precisa verificar turbilhões, refluxos e sumidouros.

5.5.4 Batedores, Spits e Plaquetas de Amarração

Um batedor é como um martelo e tem a mesma função, contudo os batedores foram projetados especificamente para função de colocação dos *spits* nas rochas. São buchas confeccionadas em aço e servem para a instalação de fixadores de Plaquetas de amarração nas rochas para a montagem das ancoragens artificiais. As Plaquetas de amarração podem ser de aço

ou em duralumínio e possuem grandes capacidades de suportar cargas. Têm a importante função de ligar os mosquetões e cordas às rochas ou seja, aos pontos de ancoragem.

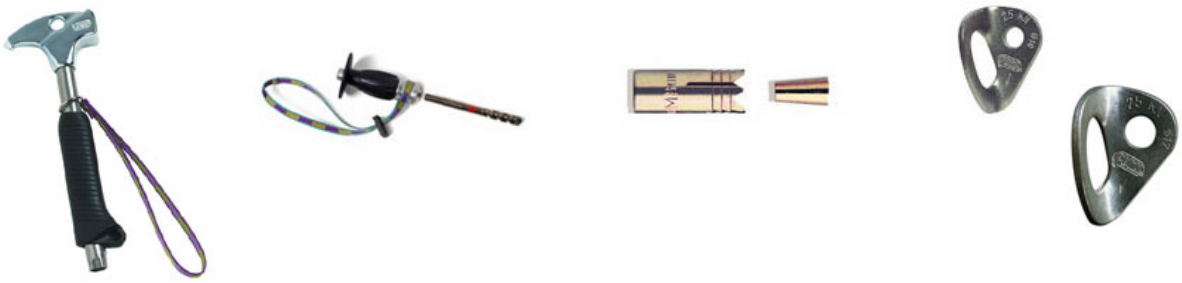


Figura 17: Equipamentos para ancoragens

5.5.5 Polias

São pequenas peças altamente resistentes e com inúmeras funções. No *Canyoning* são empregadas principalmente em tracionamento das cordas, em operações de resgate e em descidas por uma tirolesa. Quando trabalhamos com várias polias é possível montar sistemas de desmultiplicação de forças, o que facilita no trabalho de içamentos e de auto-resgates.

Figura 18: Polias

6. Capítulo 4 Canionismo para Deficientes Visuais: Uma Proposta Metodológica

6.1 Aspectos Metodológicos

Neste capítulo descreveremos a metodologia utilizada no programa de ensino do *canyoning* para pessoas com deficiência visual.

Com base em Lakatos (2001) este trabalho foi classificado como pesquisa de campo do tipo exploratória na qual procuramos elaborar atividades sistematizadas envolvendo elementos dos jogos de cooperação, da ginástica olímpica, do atletismo e principalmente da fragmentação dos exercícios e técnicas do *canyoning* que englobam o conhecimento das atividades verticais de alpinismo, espeleologia (exploração de cavernas) e atividades aquáticas.

Para a realização desta pesquisa, foram necessários formar dois grupos distintos: um de professores graduados e pós-graduados em Educação Física capacitados para desenvolver e atuar nas atividades propostas e outro composto por pessoas com deficiência visual que foram voluntários na participação dos exercícios pedagógicos e técnicos elaborados para esta proposta de ensino.

Antes de iniciarmos a pesquisa, submetemos o projeto ao Comitê de Ética em Pesquisa para avaliação do mesmo e pedido de aprovação do termo de consentimento formal direcionado aos alunos voluntários. (Apêndices A e B).

Foram necessários dois anos de atividades com um encontro semanal e eventualmente nos finais de semana, durante as viagens para exploração de áreas rochosas, pontes, cachoeiras e trilhas e atividades em fazenda e um parque aquático.

Com a finalidade de documentar todo o projeto, coletamos informações através de relatórios das aulas e das viagens (Apêndices D e G), tanto por parte dos professores envolvidos quanto dos sujeitos da pesquisa. Também pudemos contar com as equipes de televisão universitária e comercial na gravação de depoimentos no momento em que as atividades eram realizadas, possibilitando assim avaliar a eficácia das mesmas em relação ao objetivo principal: o ensino do *canyoning* para pessoas cegas e com baixa visão.

Com a finalidade de compreendermos o canionismo em sua origem, passando pelos fatos históricos até a evolução e consolidação da modalidade enquanto esporte, sabendo ainda que o material bibliográfico a respeito desta atividade no Brasil é praticamente inexistente, optamos pela elaboração de uma entrevista com o fotógrafo e canionista Carlos Zaith, considerado o grande responsável pela introdução do Canyoning no Brasil. Os informações obtidas na entrevista e os procedimentos adotados na organização do trabalho estão descritos a seguir.

Entrevista concedida em 22 de setembro de 2004

Artur: Nome Completo?
Zaith: Carlos Alberto Oliveira. Na verdade Zaith é um pseudônimo, uma homenagem a mim mesmo e quer dizer Oliveira em Hebraico.

Artur: Qual a sua idade?
Zaith: 45 anos

Artur: Qual a sua profissão?
Zaith: Fotógrafo. Sou formado em Belas artes, em desenho, artes plásticas e artes visuais em geral.

Artur: Pode-se dizer que você é um fotógrafo que virou aventureiro ou um aventureiro que virou fotógrafo?
Zaith: Não sei separar as coisas. É junto. Sempre gostei de mato, mas sempre tive a preocupação em fazer uma documentação com uma qualidade pra poder mostrar para os outros.

Artur: O que lhe atraiu a buscar essas atividades ou mesmo o meio rural, o meio do mato?
Zaith: talvez influencia da família. Meus pais são do interior. Eu morei numa chácara na zona norte de São Paulo em plena capital era uma chácara que tinha pomar, plantação de verduras e legumes era um lugar super grande, eu sempre gostei. Pendurava nas árvores, fazia balança, tirolesa. Depois comecei a sair mesmo. Com 14 ou 15 anos ia acampar e procurar lugares, se existia uma dificuldade ou cachoeira? ... O que era isso? Cavernas? O que era isso? Onda achar isso aí? Aí agente saia pelo mundo procurando.

Artur: onde você nasceu?
Zaith: Nasci na capital.

Artur: E morou sempre lá?
Zaith: morei a vida inteira num lugar só até aos 40 anos. Lá vi toda a transformação do bairro que tinha várzeas, nascentes, água limpa, peixinhos, girinos, caranguejos vi desaparecer tudo e dar lugar a concreto.

Artur: Como e quando você conheceu o canionismo?

Zaith: O canionismo ele vem a partir de uma série de informações que obtive dentro da espeleologia. Eu tive a espeleologia como hobby de 81 a 89. Em 89 eu peguei essa história do canyoning que era assim como aqui. Na Europa, na França e Espanha ele surge através de espeleólogos mesmo, o moderno canionismo e na Europa tem haver com Eduardo Alfred Martel que era considerado o pai da espeleologia. Ele também era um canionista.

Artur: Pode-se dizer que o canionismo surge dentro da espeleologia, mas hoje tem uma identidade própria?

Zaith: Exatamente. A partir da década de 70 final de 70 para 80 com a modernização das técnicas de proteção e corda tanto para a espeleologia quanto para a escalada, rocha e o canyoning se favorece disso e surge como algo impar. Nos Estados Unidos é diferente, a origem pode ser atribuída à história de explorar cânion, grandes cânions está associada ao rafting**,** a embarcações. Não associado como na Europa com técnicas verticais, ao uso de cordas... Essas coisas todas. Um outro ramo, uma outra história que a gente também tem que respeitar.

Artur: como o canyoning chegou ao Brasil e como foi sua difusão?

Zaith: Então, nessa época entre 88 até mais ou menos 91 estava ligado diretamente à direção da Sociedade Brasileira de Espeleologia e cuidava da biblioteca, mapoteca, correspondência, muitos boletins estrangeiros. Nestes boletins começaram a surgir espeleólogos vestidos com roupas de borrachas e percorrendo canyoning.

Artur: E aí surge seu primeiro interesse pelo canyoning?

Zaith: Surge. A gente passou a enxergar isso e ver que era uma coisa diferente. Começamos em 89, mas, já acompanhávamos essas coisas bem antes. Até que a coisa então se distanciou mesmo e passou a ser um esporte autônomo. Hoje com técnicas e equipamentos próprios. Cada vez mais distante da espeleologia.

Artur: Descrevendo especificamente o canyoning. O que é este esporte?

Zaith: O canyoning é você percorrer rios acidentados, rios de montanhas, rios com grandes desníveis, rios extremos.

Artur: Rios com grandes obstáculos?

Zaith: Exatamente. Quanto mais obstáculos, mais interessante.

Artur: Você comentou que se busca criar uma diferenciação, entre Canyoning, Cânion e Cascading. Porque?

Zaith: É. Muita gente não se preocupa com isso o Europeu é um que não se preocupa. Pra ele tudo é canyoning assim como para o Francês tudo é espeleologia. O Francês como já tem uma tradição muito antiga pra ele é tudo espeleologia, ms pra gente não serve isso. Fica complicado então a espeleologia a gente conseguiu colocar um ramo que o cavernista o Caving que é para as pessoas atuarem dentro de uma caverna com muito menos atribuições, principalmente atribuições científicas e diminuir um pouco o preconceito também da parte dos acadêmicos em relação à não admitir que uma pessoa que entrou pela primeira ou segunda vez em uma caverna seja um espeleólogos, um estudioso em cavernas.

Artur: No Brasil há vários cânions que são diferentes dos Europeus. Você acha que é possível diferenciar esse canyoning em níveis com relação à questão técnica?

Zaith: É possível. O Europeu varia de autor pa autor essa coisa de cotação, de níveis de dificuldades. Eles cotam, não chegaram a um consenso dos níveis de dificuldades para determinados cânions para ver quem está apto ou não para fazer esse percurso.

Isso ainda não é um consenso, mas é possível sim. Acho que uma das coisas que a gente ta tentando fazer aqui é dar essa conceituação de canionismo. Canionismo como uma atividade maior, uma atividade, vamos dizer, guarda chuva. De tudo o que se relaciona a acidente geográfico cânion, gargantas, ravinas é tudo coisa que a gente vem tentando conceituar dentro da atividade do canionismo. Dividimos em canyoning que é a exploração de cânion e gargantas inundadas, molhadas diferentemente do cascading muito usado na parte comercial, na parte de turismo de aventura, na parte que atrai porque tem o rapel, a técnica de rapel nas cachoeiras que seria um canyoning pontual. Depois os grandes verticais em cachoeiras que a gente vai tentar conceituar como grandes cachoeiras porque também se utilizam as técnicas, equipamentos e procedimentos diferentes para fazer grandes rapeis. Uma coisa muito técnica, bastante complicado também diferente do canionismo, do cascading. Mas ainda dentro do canyoning porque o ambiente é grandes cachoeiras.

Artur: Dentro da quentão do canyoning, do esporte em si. Você têm uma divisão desses obstáculos, uma visão dos nomes, terminologias. Por exemplo: o cascading é de certa forma uma fase que se preocupa com cachoeiras. Quantas fases encontramos dentro de um cânion?

Zaith: muita coisa. Desde o perigo real das águas vivas, com todo tipo de armadilha que se esconde por baixo do leito de água formando sumidouros, redemoinho, drozagens, uma série de obstáculos próprios do leito de rio acidentado que pode mudar completamente de época em época como nos tempos de chuvas. E depois o próprio desnivelamento do terreno.

Artur: Mas esse deslocamento pelo leito do rio, possui técnicas especificas para transposição como os saltos, por exemplo. Você poderia enumerar as principais técnicas?

Zaith: É bastante coisa. Tem desde o rapel nas quedas d'água, o salto onde é possível pular onde há piscinas com profundidade adequadas, tobogã que são cachoeiras também só que inclinada, trechos de natação, lugares com sifão onde você pode ou não mergulhar. Se for segura você usa isso com mais um acréscimo na brincadeira ou então, você desvia completamente porque são lugares potencialmente perigosos. Tem também lugares estreitos onde você tem de passar usando o corpo, entalado, como a gente chama, trecho em você passa desescalando, trechos em que tem de escalar. Uma série de técnicas de varias modalidades diferentes.

Artur: Em relação ao canyoning você acredita que pode ser acessível a todas as pessoas considerando esses níveis do canionismo?

Zaith: Eu acredito sim. Se cada um tiver a dimensão exata do esporte e do terreno ele pode ser acessível sim a maior parte das pessoas. Mas tem de ter essa consciência, essa informação. O inadmissível é uma pessoa entrar num leito confinado de um rio, que é um lugar potencialmente perigoso e chegar lá e falar: o que é que estou fazendo aqui. Se ele tiver a consciência do que vai encontrar é possível sim.

Artur: Esse esporte tem um numero expressivo de praticantes no Brasil e também no mundo comparado a outras atividades?

Zaith: Não. Ainda não. É um esporte novo, bastante técnico, arrojado. Já foi dito que é um esporte de minoria, mas uma minoria crescente. Está sempre sendo divulgado e sempre despertando o interesse, mas sempre será um esporte para poucas pessoas.

Artur: Você acha possível popularizá-lo?
Zaith: Não. No Brasil não.

Artur: Por que?
Zaith: Porque é um país de terceiro mundo. No país de primeiro mundo, eu que lido com turismo, a gente recebe muitos Europeus gente da Alemanha, Áustria, Suíça e Itália. Onde o esporte poderia ser extremamente popular e não é. Essas pessoas jamais se conceberam fazer alguma coisa assim e acabaram fazendo alguma coisa aqui no Brasil. Então, mesmo lá com toda facilidade de estrutura, cultura de montanhas que remonta a quase dois séculos as pessoas ainda não se conceberam fazendo isso quanto mais aqui que tem necessidades básicas.

Artur: Acidentes nesses esportes são comuns?
Zaith: São. Justamente pela falta de informação. Pela novidade que a coisa ainda é as pessoas acabem se machucando ou até vindo a falecer mesmo.

Artur: Mas não dá pra afirmar que é uma atividade perigosa por natureza?
Zaith: Isso vai ser sempre uma polemica. É uma atividade perigosa porque o terreno onde é praticado é muito instável, incomum. Tem presença de água corrente, locais extremamente escorregadio e com pedras soltas. Então, não é um lugar hospitaleiro. É claro que têm locais e locais. Tem locais mais tranqüilos, mais acessíveis a uma maior parte de interessados e tem lugares absolutamente impossíveis. Tanto é impossível que está sendo descoberto nesse momento.

Artur: Qual é o órgão nacional e internacional que representa a modalidade?
Zaith: Nacional tem Associação Brasileira de Canionismo – ABCânion – desde 2000 que é formada por canionistas de várias partes do país. No mundo se têm na França, os franceses praticando dentro da Federação Francesa de Espeleologia. Na Espanha está ligado ao montanhismo e existe também o Comitê Europeu de canionismo que vem desenvolvendo técnicas e vem funcionando como uma espécie de certificador.

Artur: Do ponto de vista técnico há um consenso internacional?
Zaith: Mais ou menos. Como é um esporte novo está mais ou menos dentro de alguns parâmetros. Esses parâmetros são ditados principalmente pela França e Espanha que são os maiores praticantes.

Artur: Você acredita que é possível que qualquer pessoa possa praticar o canionismo?
Zaith: Dentro dessas condições sim. De ser mapeado os lugares e a pessoa for fazendo um passo a passo, degrau por degrau sim tem lugares bastante acessíveis.

Artur: E em relação à pessoa portadora de deficiência ou de necessidades especiais.
Zaith: Acredito sim, aquilo que você mesmo disse, o que vai mudar é o nível de atenção que você dá a pessoa, a ferramenta que você vai oferecer.
Artur: As pessoas que estão trabalhando é que precisam se adequar?
Zaith: Exatamente. Tem de ser mudado o conceito. O ponto de vista é outro.

Artur: Quem seriam as pessoas habilitadas a trabalhar com canyoning no Brasil?

Zaith: Atualmente são as pessoas que eu tenho conhecimento, que tenho contato direto que são alguns canionistas do Rio Grande do Sul, de Santa Catarina, Goiás, de Minas

Gerais e da Bahia. São pessoas que tenho contato direto. Fora esses, não ponho minha mão no fogo.

Artur: Que características e conhecimento essas pessoas tem de ter para atuar em um cânion?

Zaith: Um grande conhecimento em camping, acampamento, deslocamento por terrenos selvagens como o trekking, orientação, excursionismo de pouco impacto, escalada em rochas, conhecimento das técnicas verticais, primeiros socorros e uma lista a mais. Mas essas coisas são inerentes, já tem de ter isso como ponto de partida, depois as técnicas específicas de cânion mesmo.

Artur: Com relação às pessoas com necessidades especiais. Você já atuou diretamente com alguma?

Zaith: Atuei muito pouco. Mas já tive alguma experiência com pessoas portadora de deficiência nos membros inferiores, principalmente, mas já tive com visual também. No Adventure Camping tinha um casal de deficiência visual que participavam das etapas. É um casal que forma uma equipe com outras duas pessoas que são, poderia dizer, considerados normais. Não davam muito problema, não os que enxergavam davam mais.

Artur: Que atividade você trabalhou com eles?

Zaith: O Cascading.

Artur: E para você há alguma diferença em trabalhar com eles, alguma dificuldade?

Zaith: Não. Exige uma atenção maior, um tempo maior também, nada além disso.

Artur: Alguma informação a mais? Algum cuidado específico?

Zaith: Claro, é como disse exige um pouco mais de cuidado, respeito também. Neste sentido muda uma serie de coisas: a linguagem, o nível de instrução. Uma série de coisas, mas ainda sou pouco experiente nisso.

Artur: E o sistema de comunicação com essas pessoas?

Zaith: É completamente diferente. Se for para deficiente visual, auditivo e bem diferente. Para cada um deve ser desenvolvida conduta pedagógica diferentes.

Artur: para um deficiente físico, você teve de fazer alguma adaptação, por exemplo, para fazer essa pessoa transpor da horizontal para o vertical no rapel?

Zaith: Na verdade não houve muito problema porque quando as pessoas vêm fazer pela primeira vez, sem querer ser rude, elas são como as pessoas que tem deficiência física, principalmente nos membros superiores. Elas ficam tão tensas que se movimentam como gente que tem deficiência física: costas duras, pernas, braços travados. Então, não tem tanta diferença.

Artur: Nesse caso, a pessoa que você trabalhou tinha deficiência física nos membros inferiores ?

Zaith: Tinha nas pernas. Tinha sofrido um acidente de carro e tinha perdido o movimento das pernas, andava com muletas.

Artur: Como realizou a saída?
Zaith: Não teve diferença.

Artur: Conseguia se manter em pé?
Zaith: Nesse caso sim.

Artur: O aluno tinha estabilidade?
Zaith: Sim. Ele não conseguia levantar o pé e trocar passos sem ter a ajuda de muletas.

Artur: Realizou a saída preso pelas cordas como qualquer pessoa?

Zaith: É. Ele não usou a muleta, foi amparado pela gente, mas conseguia se manter em pé e arrastar o pé, deslizando o pé como as pessoas fazem quando é a primeira vez. As pessoas normais também não conseguem levantar os pés, trocar passos com desenvoltura. Então neste caso não houve muita diferença, ele fez a atividade normalmente.

O grande problema que eu vejo, no caso do canyoning é o acesso. Se for um lugar muito acidentado é o acesso pra se chegar na cachoeira e depois pra sair da área confinada do cânion são os maiores problemas pra quem tem deficiência física. Sobretudo, dos membros inferiores, das pernas. É o grande problema porque uma vez dentro do cânion todo mundo se movimenta com dificuldades.

Artur: No momento em que você teve contato pela primeira vez com a pessoa que tinha uma necessidade especial ao término da atividade teve alguma realização? Ou alguma coisa especial ara você pessoalmente de ter conseguido realizar a atividade?

Zaith: Sim, claro. Isso mostrou que a gente consegue se desdobrar em pouco mais, que a gente tem versatilidade. E essa é a intenção mesmo. A minha intenção, vendo do ponto de vista pessoal, é fazer com que o máximo de pessoas tenha experiência, conheçam o que é o esporte, o que é o ambiente do cânion.

Artur: Obrigado pelas informações.

6.2 Aspectos Pedagógicos

O canionismo enquanto esporte é ainda uma atividade muito nova, não chegando a trinta anos de existência. Por esta razão, encontrar material bibliográfico sobre o tema é praticamente uma “aventura”. Técnica e historicamente temos muitas publicações estrangeiras como livros, periódicos e boletins, mas voltado a uma abordagem pedagógica pode-se dizer que é totalmente

inexistente. No Brasil a Associação Brasileira de Canionismo – ABCânion, vem tentando através de encontros anuais com seus associados, estabelecer um padrão de normas para a modalidade.

Levar este esporte ao conhecimento de pessoas com deficiência visual e ensiná-las como praticar esta atividade foi o grande desafio desta pesquisa, já que além de desenvolvermos uma pedagogia para o ensino do *canyoning*, também se fez necessário treinar uma grande quantidade de pessoas, em sua maioria formada por professores (as) e monitores (as) de Educação Física, para dar todo suporte necessário ao projeto. Assim tivemos a chance de trabalhar as possibilidades e potencialidades de pessoas cegas e com baixa visão, sob a ótica da Educação Física na prática dos esportes na natureza, sobretudo as técnicas do canionismo e suas sub-atividades.

Durante a realização do V Encontro Brasileiro de Canionismo 2004 que ocorreu na Chapada dos Veadeiros em Goiás, canionistas de todo o Brasil e alguns da Europa ficaram impressionados ao descobrirem que um grupo de deficientes visuais havia praticado canionismo. Confirmando assim, que jamais se teve noticias no mundo de tal empreitada.

Os esportes na natureza não devem ser restritos a grupos específicos de pessoas, como o de aventureiros famosos ou de pessoas que possuam um perfil imposto pelo padrão social como sendo os únicos capazes de realizar proezas ou simplesmente pela mídia. Através de uma proposta pedagógica e de uma metodologia estruturada, é possível fazer com que outros grupos como o de pessoas com deficiências de qualquer natureza, biótipos diferenciados, ou até com problemas de ordem psicológica consigam ter acesso a estes esportes modernos, podendo desfrutá-los com segurança e com os mesmos direitos de se expor ao risco imaginário.

6.3 Caracterização dos Participantes da Pesquisa

Esta pesquisa foi realizada na Faculdade de Educação Física da UNICAMP, de março de 2002 a maio de 2004, junto ao Projeto de Extensão de Atividade Motora Adaptada sob a orientação do Prof. Dr. José Júlio Gavião de Almeida e em parceria com o Centro de Integração dos Deficientes de Paulínia – CINDEP com o apoio do presidente da instituição Benedito Leal Filho. Também tivemos o suporte do GEAMA-DV (Grupo de Estudos em Atividade Motora Adaptada e Deficiência Visual) composto por professores e alunos do curso de graduação e pós-graduação da FEF e também por convidados de outros cursos e institutos como: Educação, Instituto de Artes e Cepre Unicamp.

O grupo de deficientes visuais que foi convidado a participar deste projeto voluntariamente é formado por alunos que integram o Projeto de Extensão existente desde 1991, promovendo atividades esportivas, recreativas e de sociabilização integradas à pesquisa. O número de alunos deficientes visuais participantes durante a pesquisa, variou entre 14 e 18 pessoas. Destes, apenas cinco foram escolhidos de acordo com critérios que serão descritos mais adiante para a prática final em um cânion na cidade de Botucatu. Contudo, todos os participantes sem exceção, tiveram a oportunidade de participar de todas as aulas, atividades externas e viagens que a pesquisa proporcionou.

O grupo possuía características bem heterogêneas, sendo a principal e comum a todos os alunos a condição de deficiente visual. A maior parte do grupo era constituída de pessoas cegas sendo que os demais tinham baixa visão. As faixas etárias variavam entre 12 e 50 anos de idade entre homens e mulheres. Todos os alunos possuíam “locomoção”, ou seja; todos tinham experiência motora básica anterior, o que possibilitou a exploração de exercícios preparatórios, com grau de complexidade elevado.

Os biótipos também não seguiram nenhum padrão pré-estabelecido, já que a finalidade da pesquisa era a de criar as condições necessárias para o ensino e aprendizagem de um esporte na natureza, conhecido como *canyoning*. O que por si só reflete um paradoxo aos olhos dos leigos. Desta forma, se a falta de visão não era um problema, então os diferentes biótipos também não podem ser traduzidos como empecilho à pratica. Não estamos discutindo nesta pesquisa o nível que se pode alcançar, mas sim a possibilidade de realizar.

Os alunos que já participavam do Projeto de Extensão estavam devidamente cadastrados no Laboratório de Atividade Motora Adaptada – LAMA, através de uma anamnese com informações sobre a etiologia de cada aluno com relação à deficiência visual, grau de comprometimento visual, problemas de saúde como asma ou problemas cardíacos, medicações de uso constante como colírios e histórico de atividades físicas e cursos como de orientação e mobilidade e leitura braile. (Anexo 2). Os alunos novos passaram pelo mesmo processo de cadastramento, tendo ainda que apresentar documentação, histórico e atestado médico contendo as informações necessárias e os diagnósticos sobre a etiologia do problema visual. Estas informações foram de extrema importância para avaliar a condição de cada aluno em relação à atividade proposta.

Além do grupo de deficientes visuais, também participaram ativamente deste trabalho professores (as) e monitores (as) do curso de graduação e pós-graduação da Faculdade de Educação Física, do Instituto de Artes e do Instituto de Geociências da Unicamp totalizando 35 pessoas.

Figura 19: Parte da equipe de professores em treinamento

Boa parte destes profissionais já havia trabalhado em um projeto de monografia denominado “Estratégias de Ensino para a Aprendizagem do *Cascading* por Pessoas Deficientes Visuais” em 1999, e em um projeto de doutorado denominado “Esportes na Natureza e as Possibilidades para Pessoas com Deficiência Visual” de 2001 a 2002 com a professora de Educação Física Adaptada Mey de Abreu Van Munster, entendendo com isso que estes profissionais possuíam experiência suficiente para auxiliar e conduzir esta pesquisa. Todos estes participantes também foram devidamente cadastrados no mesmo laboratório (LAMA), com a finalidade de registrar informações sobre os mesmos, pertinentes à segurança de todos e principalmente no que se refere às questões de saúde.

6.4 Preparação para Implantação do Programa Pedagógico

Uma das metas iniciais deste trabalho foi a de divulgar o trabalho e captar mais alunos com deficiência visual junto às instituições especializadas em Campinas e região como Centro Louis Braille, Pró-Visão, Cepre Unicamp, Instituto dos Cegos Trabalhadores, Cindep de Paulínia e Funcamp.

Na primeira etapa da pesquisa, tivemos a preocupação de não entrar diretamente nas atividades específicas voltadas para a aprendizagem do canionismo, mas criar subsídios de informações com a finalidade de expandir primeiramente o vocabulário motor dos alunos, especialmente dos novos. Isto também serviu para que não queimássemos etapas no processo, respeitando assim as limitações e necessidades de cada um, o que nos permitiu avaliar o grau de habilidade e capacidade para a realização das atividades que seriam aplicadas no futuro. Também pudemos avaliar e estimular a “locomoção” de cada indivíduo.

Os alunos tiveram acesso aos mais variados tipos de atividades e esportes durante o ano de 2002 como: ciclismo, natação, hidroginástica, atletismo, karatê, atividades de habilidades com materiais diversos (arcos, cordas, bolas), atividades circenses (malabares e andar no fio), dança de salão e danças de roda e aulas de condicionamento físico através de circuitos.

6.4.1 Elaboração das Aulas

No início de 2003, foi apresentada aos participantes do grupo de estudos GEAMA-DV, a intenção de se desenvolver o canionismo para os alunos com deficiência visual, com a finalidade de construir uma proposta de ensino desta modalidade. Inúmeras idéias e sugestões surgiram desta primeira reunião que começariam a ser concretizadas assim que o programa fosse apresentado ao grupo de deficientes visuais e aceito pelos mesmos.

Antes de iniciarmos as aulas práticas, o projeto foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa - CEP da FCM UNICAMP, fazendo com que esta pesquisa estivesse em conformidade com a resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde. (Apêndice A). Baseados neste critério foram elaborados dois termos de consentimento formal. (Apêndice B). Um para o grupo de alunos cegos ou com baixa visão e outro para os profissionais participantes do projeto, já que a atividade proposta envolvia riscos aos sujeitos voluntários. Para os menores de 18 anos, o consentimento deveria ser dado pelos pais ou responsável legal.

Todos os conteúdos elaborados para as aulas tiveram como base o desmembramento da modalidade através de uma análise das exigências e necessidades físicas impostas pela prática do canionismo.

Figura 20: Montagem das aulas

A partir daí, tivemos que desenvolver cada etapa tentando fazer um paralelo com atividades que trabalhavam de forma direta e indireta as capacidades físicas dos indivíduos como: equilíbrio, agilidade, velocidade e força, sem esquecer do trabalho de estimulação da percepção, já que estas pessoas não podem contar com o recurso visual total ou parcial. Para tanto, buscamos estes desenvolvimentos nas atividades de ginástica olímpica para o equilíbrio, percepção e domínio corporal, em elementos do atletismo trabalhando com caminhadas rápidas, corridas e saltos, na natação para proporcionar uma melhor adaptação ao meio líquido que é predominante no *canyoning* e aprender a perceber melhor as reações do corpo na água. Além destas atividades também buscamos nos jogos recreativos e cooperativos uma forma descontraída de aprender determinados movimentos e ao mesmo tempo manter o alto astral de todo grupo.

O desenvolvimento da parte específica que envolve a aprendizagem dos elementos do canionismo que implicam desde o conhecimento dos equipamentos, até o treinamento das técnicas empregadas na superação dos obstáculos, foram os momentos mais trabalhosos em

função da montagem dos exercícios, porém eram também os mais divertidos e esperados por todos.

As aulas foram realizadas nas dependências da Faculdade de Educação Física na maior parte do tempo, porém, também foi necessário explorar áreas descampadas do campus universitário, bosques, praças e o Ginásio Multidisciplinar.

Os encontros aconteciam todas as quintas-feiras das 18:00h às 20:00h, tendo como ponto de encontro e de partida para as atividades, a lanchonete da Faculdade de Educação Física. As aulas tinham em média uma hora e quarenta e cinco minutos de duração podendo chegar a duas horas dependendo da atividade.

As aulas sempre começavam com a formação de uma roda seguida de uma breve descrição da programação e com o aquecimento que poderia ser desde um alongamento estático ou dinâmico ou até com brincadeiras de pega ou estafetas comandadas pelos monitores (as).

Figura 21: Explicação das atividades

Toda as atividades realizadas na pesquisa de campo foram registradas sistematicamente através de relatórios de aula por monitores (as), em vídeo e fotografia digital tendo aproximadamente algo próximo de mil imagens arquivadas. É importante salientar que a TV universitária documentou toda a pesquisa durante dois anos e meio com a finalidade de produzir um programa (documentário) e divulgar tanto no meio acadêmico quanto comercial.

6.4.2 Explorando o Próprio Corpo

Para ensinar ao grupo de deficientes visuais o que era especificamente o *canyoning*, optamos por desenvolver as atividades de forma pedagógica e gradativa, considerando os níveis de complexidade. Após a etapa de explicações verbais sobre o tema, iniciamos as aulas com base no reconhecimento dos materiais e equipamentos pessoais que são utilizados na prática do *canyoning*. Pensando em facilitar a compreensão dos alunos e causar maior interação no grupo, inclusive entre os monitores, exploramos atividades nas quais os alunos tinham que utilizar o próprio corpo formando figuras que corresponderiam ao equipamento a ser utilizado nas aulas subseqüentes. Antes porém, todos tinham acesso ao equipamento para senti-lo e tateá-lo para o reconhecimento (Fig 22).

Figura 22: Reconhecimento do equipamento

Geralmente dividíamos o grupo em dois subgrupos a fim de poder gerar uma competição entre eles e assim tornar a proposta mais dinâmica e divertida. Nestes exercícios foram montadas as figuras que correspondiam aos mosquetões, freios e cadeirinhas que são os materiais de uso e segurança pessoais mais importantes. Portanto, o entendimento e compreensão desta etapa foram de fundamental importância no aprendizado e manuseio técnico destas peças. Os alunos acharam que estes exercícios ajudaram bastante na visualização do funcionamento do conjunto freio, mosquetão e cadeirinha, especialmente os alunos cegos, pois tinham executado as ações com o próprio corpo (Fig 23).

Estas atividades trouxeram ainda mais confiança ao grupo, em função da sensibilização que a atividade permitiu. Até mesmo os monitores e alguns alunos com baixa visão, aprovaram a brincadeira, pois nunca tinham experimentado aprender sobre um determinado objeto assumindo as formas estruturais do mesmo. E melhor ainda, fazendo com que estes funcionassem. Neste aspecto, deixamos que os grupos liberassem ao máximo sua criatividade e imaginação na solução de como fariam e cumpririam a tarefa.

Figura 23: Representação de um mosquetão e freio acoplados

6.4.3 Exercícios e Atividades Lúdicas de Preparação

Atividade 1 : Brincadeira de Vestir a Cadeirinha

Montamos duas equipes divididas em duas colunas dispostas uma ao lado da outra. Alguns metros à frente havia dois monitores, um frente a cada coluna. Cada aluno tinha em suas mãos uma cadeirinha de escalada. Ao sinal do professor o primeiro da coluna deveria se deslocar até o monitor e vesti-lo corretamente com a cadeirinha e sentar-se atrás dele. Em seguida, o próximo da fila deveria executar o mesmo procedimento colocando outra cadeirinha no mesmo monitor, o que se tornava cada vez mais complicado em função do acúmulo de cadeirinhas. A equipe que terminasse primeiro e com todas as cadeirinhas devidamente fechadas seria a

vencedora. Nesta brincadeira buscamos treinar a capacidade dos alunos na colocação do equipamento em um colega, aprendendo a manuseá-lo e com níveis de dificuldade progressiva.

Atividade 2: Estafeta na Cadeirinha

Nesta atividade dividimos o grupo e trios e todos já equipados com as cadeirinhas. Acrescentamos a este exercício um bastão de madeira de aproximadamente um metro e meio de comprimento que serviria de apoio para o transporte do participante. Os trios deveriam prender um dos integrantes através de uma fita presa à cadeirinha no centro do bastão. Ao sinal do professor os outros dois parceiros deveriam carregar o colega segurando as extremidades do bastão e atravessar a quadra de jogos até o outro lado. Lá chegando deveriam trocar o parceiro por outro realizando o retorno, até que todos tenham participado igualmente da atividade. Neste exercício, além do trabalho de condicionamento físico que a atividade exigia, também trabalhamos o uso do equipamento em uma condição muito próxima da realidade. As cadeirinhas são construídas com um centro de gravidade programado para deixar o indivíduo sentado enquanto está na vertical. E esta brincadeira contemplou a função do material.

Atividade 3: Balanço com cadeirinha (pêndulo)

Este exercício é muito simples, porém muito eficiente para se compreender a sensação de estar pendurado pela cadeirinha, além de muito prazeroso a todos. Assim como em um balanço, amarramos uma corda em uma árvore e prendemos o aluno pela cadeirinha a uma altura segura em relação ao solo. Em seguida, o balançamos em todas as direções para que sintam as sensações de se ficar suspenso no ar. Muitos relatam uma sensação de “liberdade” enquanto estão imaginariamente voando. Usamos também como um segundo recurso, o aparelho de argolas da ginástica olímpica.

As cadeirinhas que são fundamentais para a execução de atividades que envolvem altura, em um primeiro momento é um objeto estranho até para quem enxerga, já que é constituída de várias fitas largas, costuradas e flexíveis, não tendo um formato fixo quando fora do corpo. Identificar suas e partes colocá-las corretamente é um trabalho que requer prática. As distribuímos para os alunos sem maiores explicações sobre o material. Apenas dissemos que tentassem vesti-las da melhor forma que encontrassem. Como esperado, tatearam e exploraram-na ao máximo sem muito entender do que se tratava e muito menos de como se utilizava. Alguns

colocaram no pescoço, outros vestiram no braço e alguns até chegaram perto de acertar. Após nova explicação, todos compreenderam com o auxílio de monitores (as) as funções daquele emaranhado de fitas costuradas. Outro item de extrema importância era com relação ao fechamento das fivelas de segurança, que foram repassadas com cada aluno inúmeras vezes, até que todos tivessem conhecimento suficiente para a auto-equipagem, inclusive fazendo a conferência das cadeirinhas dos colegas. Quando relembraram o início da atividade, todos riram muito de suas primeiras impressões e tentativas, pois haviam imaginado que aquelas fitas costuradas aparentemente de forma aleatória teriam qualquer utilidade, menos a de se prender na cintura e nas pernas para dar segurança durante um rapel.

A partir deste exercício todas as aulas os alunos colocavam seus equipamentos sozinhos e eram apenas revisados pelos instrutores para garantir a segurança dos participantes.

Figura 24 e 25: Colocação da cadeirinha e dos equipamentos de segurança

Muitos outros exercícios foram criados por mim e pelos (as) professores (as) sempre com a finalidade de facilitar o entendimento por parte dos alunos sempre de forma pedagógica e sem esquecer da ludicidade. Contudo, não era nosso objetivo montarmos um manual de exercícios como uma receita para o ensino e prática de um esporte na natureza. Buscamos sim explorar a

criatividade de professores e alunos para que a proposta de ensino cumprisse seu papel, ou seja, fornecer o máximo de informações para o aluno com deficiência visual para que eles tenham condições desenvolver suas capacidades e autonomia. A participação dos alunos deficientes visuais na elaboração, modificação e na colocação de sugestões baseados na falta do recurso visual, sempre foi um fator essencial para o sucesso no desenvolvimento das aulas e do projeto.

O recurso de vendar foi muito utilizado em todas as atividades, especialmente com os monitores (as), para que pudessem além de vivenciar a experiência da falta de visão, também contribuíssem com informações sobre a complexidade dos exercícios.

Figura 26: Monitora vendada

Ainda com o trabalho de reconhecimento, conhecer os equipamentos e suas formas não eram suficientes. Mosquetões por exemplo, possuem uma enorme quantidade de tipos de formatos diferentes com nomes e funções específicas. Foi preciso aprender cada um deles e como manuseá-los. Fizemos uma atividade na qual passamos longas cordas em volta do corpo dos alunos que se encontravam sentados em uma disposição aleatória. A corda fazia um grande caminho passando por seus abdomens. Em uma das pontas, um monitor liberava a cada cinco segundos um mosquetão com um formato diferente e os integrantes do grupo tinham que

identificá-los pelos nomes. Para dificultar, fizemos duas equipes na mesma condição, de modo que a equipe vencedora deveria ser capaz de identificar e realizar o maior número de acertos. Os alunos que tinham baixa visão foram vendados nesta e em algumas outras atividades, a fim de nivelarmos todos e não causarmos desvantagens a ninguém.

Atividade 4: Cabo de Guerra

Esta é uma atividade muito conhecida desde a infância por todos e que optamos por aplicá-la para que todos pudessem conhecer as cordas que são empregadas na prática do rapel. A textura e resistência destas cordas são muito diferentes das cordas comuns. Então realizamos o cabo de guerra com uma corda estática, para dar algumas explicações técnicas aos alunos sobre este material.

Atividade 5: Ponte Humana

A Brincadeira da ponte humana pode ser realizada de várias formas e com materiais alternativos. A primeira variação consiste em colocar duas fileiras de pessoas dispostas uma de frente para a outra, de forma que os alunos formem pares, ou seja, um companheiro de frente para o outro. Em seguida estes mesmos parceiros vão segurar um no braço do outro como se estivessem fazendo uma cadeirinha para carregar alguém. No início da fila, um aluno ajudado por um monitor deverá caminhar pela ponte humana pisando nos braços dos companheiros e usando a cabeça dos mesmos como corrimão até o final do percurso.

A segunda forma de se fazer esta atividade é utilizando uma corda dupla com nós intermitentes, formando assim alças para os companheiros segurarem. O aluno que passar pela ponte terá os nós como ponto de apoio.

E a terceira maneira, é pedir para que todos os alunos deitem no chão em decúbito dorsal, de forma intercalada com as orelhas encostadas umas nas outras, ou seja, um deita com o corpo estendido pra um lado e o outro deve deitar ao lado mas com o corpo no sentido contrário (cabeça com cabeça). Quando todos estiverem apostos, o professor pede para que levantem os braços e posicionem as mãos em forma de bandeja, para que o peso do colega que será transportado seja dividido entre todos. O escolhido deverá ser passado de mão em mão até o fim da ponte. Esta atividade e suas variações trabalham diretamente com o equilíbrio sobre um apoio instável,

trabalha também a coordenação e principalmente o espírito de equipe e companheirismo essenciais dentro da exploração de um cânion.

Atividade 6: “Escalaminhada”

Esta é uma atividade que acreditamos ser importante principalmente no desenvolvimento da locomoção dos alunos, pois procuramos fazer uma caminhada explorando todos os tipos de obstáculos encontrados em um caminho que pode ser delimitado previamente ou executado de forma aleatória. As dificuldades encontradas no percurso a serem vencidas variavam desde subir em árvores, equilibrar sobre troncos caídos no chão, subir em alambrados fazendo deslocamento horizontal, pendurar em aparelhos de ginástica como a barra, até subir e saltar de muros. Podemos neste exercício desenvolver além do condicionamento físico, as habilidades de locomoção dos indivíduos em terrenos com relevo irregular. Esta é uma atividade de vital importância, já que a idéia era levar este grupo de deficientes visuais para locais de difícil deslocamento, como matas fechadas, trilhas bem acidentadas e principalmente para explorar o leito de um rio forrado de pedras roliças e escorregadias.

Atividade 7: Brincadeira do João Bobo

Esta atividade foi utilizada em minha pesquisa de monografia que consistia no ensino do *cascading* para pessoas com deficiência visual. O exercício acabou se mostrando muito eficaz para a transmissão do conceito de posicionamento e equilíbrio na vertical, isto é, quando se fica preso por uma corda na vertical, o ato de juntar os pés faz com que nos tornemos um verdadeiro brinquedo de “João Bobo” na parede. Fazer esta brincadeira permitiu um melhor entendimento para os deficientes visuais como preparação para o plano vertical. Inicialmente esta atividade pode começar em trios na qual dois colegas ficam um de frente para o outro, enquanto o terceiro participante ficará entre os dois com os pés juntos deixando seu corpo pender para frente e para trás, sendo sustentado pelos colegas que o empurram de um lado para o outro. A confiança é a base desta atividade. Fazemos também com que a pessoa que está no meio seja pendulada em outras direções, colocando-a de lado para os colegas que executam os mesmo movimentos.

Podemos variar ainda, aumentando o número de pessoas formando um círculo em volta do companheiro que está ao centro. Desta forma ele poderá ser empurrado para todas as direções. Para melhor entendimento dos objetivos desta atividade, refazemos a mesma brincadeira, só que

desta vez preso ao equipamento. Seguro a uma corda, o aluno é lançado de um lado para o outro. Desta forma fica claro para o aluno que no momento em que estiver na vertical preso à corda, não poderá fechar as pernas para não virar um “João Bobo” de encontro à parede. Nenhum aluno errou mais neste procedimento depois desta brincadeira.

Esta atividade é importante para trabalhar não apenas um procedimento técnico de forma divertida, mas também para desenvolver o equilíbrio nos alunos, pois quando os colocamos em uma situação vertical, a forma de controle do corpo é totalmente diferente das condições de equilíbrio no plano horizontal. De acordo com relato dos sujeitos desta pesquisa, este educativo proporcionou uma sensação muito próxima da realidade de quando se está no plano vertical apenas seguro por uma corda.

Figura 27: Educativo:
“João Bobo”

6.5 Aspectos Técnicos do *Canyoning*

O *Canyoning* é um esporte completo que reúne em uma única modalidade atividades na água e na terra através das técnicas do alpinismo, da espeleologia (estudo de cavernas) e de alguns esportes aquáticos como *rafting*. As explorações de cânions podem envolver inúmeras fases e técnicas. As fases são divididas em quatro:

1. **Aproximação -** Este é um momento que pode parecer ser o mais tranqüilo de todos, porém as aproximações de cânions de difícil acesso costumam exigir muito dos esportistas, em função da grande quantidade de equipamentos que precisam carregar até o ponto de entrada. Contudo, também existem os que se localizam dentro de fazendas onde os acessos estão próximos e são de fácil locomoção;
2. **Entrada -** Após a realização da aproximação passa-se para a fase de entrada no cânion, que exige muito cuidado e perícia. Os canionistas devem estudar as melhores rotas e chegar a um consenso com a equipe antes de seguir em frente. Um dos principais fatores a serem observados antes de iniciar esta etapa são as condições meteorológicas. Não se deve prosseguir com a entrada existindo a possibilidade de chuvas por mais remota que seja;
3. **Transposição -** Uma vez dentro dos cânions os objetivos estão centrados em transpor cada obstáculo natural como cachoeiras, corredeiras, piscinas naturais, pequenos e grandes desníveis entre as paredes de rochas, entre outros. É necessário ter uma boa equipe com materiais específicos para cada situação, já que as áreas de escape para casos de emergência costumam ser raras ou em determinados lugares, inexistentes;
4. **Saída –** Depois de explorar o leito de um rio que corta um vale e caracteriza a formação de um cânion transpondo suas dificuldades naturais, finaliza-se todo o processo com a saída. É preciso checar e recolher todos os equipamentos e retornar à base de apoio através de uma trilha ou estrada. Todo o percurso desde a aproximação até a saída pode levar desde algumas horas até poucos dias para ser completado, dependendo do grau de dificuldade e da distância a ser percorrida.

A quantidade de técnicas empregadas para vencer os obstáculos são muitas e podem variar de acordo com o local a ser explorado. As mais utilizadas serão descritas a seguir e são as que se destacam na caracterização do esporte por evidenciar os procedimentos de outras modalidades já mencionadas que deram origem ao *Canyoning.*

1. **Ancoragens –** As ancoragens são fundamentais para a prática deste esporte. Elas exigem conhecimentos técnicos para fixação dos chumbadores e geológicos para avaliação dos

tipos de rochas. Também é necessário ter bom conhecimento na confecção de nós e principalmente ter ética no momento de criar novas ancoragens, evitando assim a poluição dos cânions com excesso de peças metálicas nas pedras. Preferencialmente deve-se optar por ancoragens naturais como grandes árvores ou fixadores móveis;

2. **Tirolesa –** Travessia entre dois pontos com grande diferença altura. Uma ou mais cordas devem ser tencionadas de um ponto com grande elevação para outro de baixa. O canionista prende-se à corda através de uma polia e desce em velocidade até o ponto de frenagem que pode ser a própria água do lago das cachoeiras ou por um sistema com cordas. Para facilitar o entendimento do que é uma Tirolesa, comparamos esta técnica a um Teleférico;
3. **Rapel positivo –** Técnica de descenso proveniente do Alpinismo utilizada para transposição de médios e grandes desníveis. O esportista desce deslizando por uma ou duas cordas controlado por um sistema de frenagem. Recebe a denominação de rapel positivo em função de haver contato dos pés com a rocha ou parede;
4. **Rapel Negativo –** Segue as mesmas características da técnica anterior, diferenciando-se apenas por não haver o contato ou apoio para os pés;
5. **Rapel Guiado –** Este é uma junção de duas técnicas: rapel e tirolesa. Tem como função principal fazer com que o praticante desça em segurança quando não há condições de se realizar um rapel normal. Isto pode ocorrer em diversas situações como: pedras soltas no percurso vertical que podem atingir tanto o descensor quanto pessoas que estão na função de segurança, rochas muito lisas, fluxo de água muito intenso nas cachoeiras e locais de difícil saída para os abismos. Nesta técnica realiza-se o rapel como já foi descrito, porém prende-se o sujeito a uma segunda corda (Tirolesa) de modo que à medida que o mesmo vai descendo, ao mesmo tempo vai se afastando da rocha, cachoeira ou qualquer obstáculo que posso oferecer risco aparente;
6. **Rapel Debriado -** Esta é uma técnica de montagem do rapel que deve estar sempre presente em todas as formas de rapel. Desta forma é possível realizar a descida de uma pessoa por cima (a partir do ponto de ancoragem), ou seja, o controle é feito pelo instrutor e não pelo praticante. Isto geralmente ocorre em situações de resgate. Este é dentro do canionismo um dos procedimentos mais importantes relacionado à segurança;
7. **Natação –** Muito utilizada em trechos profundos e calmos dos rios;

8. ***Floating* –** Técnica de natação em corredeiras, baseado nos procedimentos do *Rafting.* Em pontos de corredeiras existem muitas pedras submersas e para evitar que se bata o corpo de encontro às mesmas deve-se descer o rio em decúbito dorsal com uma das pernas extendidas como proteção e outra flexionada próximo ao corpo. Os braços devem ser utilizados para manter o equilíbrio na superfície da água;
9. **Tobogã –** Também conhecido popularmente como "escorregador". Podem existir trechos em que há a formação de lages de pedra muito lisa, na qual é possível descer escorregando até um poço ou lago em segurança;
10. **Salto –** Em locais onde a altura é relativamente pequena e desde que exista a possibilidade de saltar em segurança, evita-se montar um rapel por questões de tempo e desgaste físico. É necessário antes de tudo que seja verificado se a profundidade do local é suficiente e se não há obstáculos submersos como troncos e galhos de árvores;
11. ***Water Trekking* –** Caminhada pelo leito do rio geralmente em águas rasas.

6.5.1 Sistemas de Comunicação

Os sinais sonoros embora limitados, têm sido a forma de comunicação mais utilizada no canionismo quando a troca de informações através da verbalização é difícil e imprecisa. Comparada à forma gestual, apresenta a vantagem de poder ser utilizada mesmo quando não seja possível o contato visual entre as pessoas.

A Associação Brasileira de Canionismo, com o objetivo de facilitar e tornar mais segura a comunicação, adotou o sistema europeu como padrão nacional para a prática do *Canyoning*. Sendo assim, fica evidente que o apito é um instrumento indispensável que todo canionista deve carregar consigo em local acessível. Além do padrão adotado, também é permitido que os grupos criem novas combinações se houver necessidade e concordância. Segue abaixo a descrição dos sinais sonoros (apito) utilizados para a prática do Canionismo:

- **Um apito** – Parar, fim da manobra, parar de dar corda;
- **Dois apitos** – Livre, corda livre para o próximo iniciar sua descida;
- **Três apitos –** Dar corda, corda curta ou debrear (rapel por cima), pois companheiro encontra-se bloqueado;

- **Quatro apitos –** Retesar (recolher corda), corda muito longa ou algum problema com a mesma.
- Seqüência de três apitos curtos mais três longos e mais três curtos (semelhante a código Morse) significa: **socorro, necessito de ajuda, perigo.**

Apesar da grande importância na utilização do apito, a sinalização visual é mais um recurso na comunicação entre os praticantes. É também mais completa e conseqüentemente complexa em função do grande número de gestos que devem ser aprendidos.

O sistema gestual deve respeitar uma convenção internacional para que não ocorram erros de entendimento durante a exploração dos cânions e cavernas. O desconhecimento destes sinais ou interpretações errôneas podem levar as pessoas a cometerem erros fatais. A sinalização pode ser largamente utilizada de forma segura em locais em que as pessoas tenham um bom contato visual, certificando-se sempre que a distância permita a compreensão de cada sinal.

Os gestos foram elaborados tendo como base a ênfase em movimentos de grande amplitude dos braços, a fim de diferenciar e garantir a eficácia durante a comunicação. Demonstraremos na figura abaixo alguns dos sinais visuais mais importantes e utilizados na prática do *Canyoning.*

Sim - Tudo bem
Mão fechada com polegar levantado.

Auto segurança
Mão fechada e movimento semi-circulatório de cima para o anel da cadeirinha.

Não
Movimento de limpa pára-brisas com a mão fechada e indicador levantado.

Dar corda - Debrear
Num rapel debreável, passar a descer o companheiro
Grandes movimentos circulares com um braço.

Socorro - SOS
De pé com braços estendidos e abertos.

Utilizar a corda
Duas mãos fechadas uma em cima da outra.
Corda – Duas mãos fechadas uma ao lado da outra.

Stop - Parar
Braços cruzados em cima com as mãos abertas.Não avançar, é necessário reconhecer primeiro.

Recuperar corda
Movimento de hélice com braço para cima, mão fechada e indicador levantado.

Stop - Parar
Outra forma de dizer para parar. Braço levantado com a palma da mão virada para os companheiros

Dar corda
Movimento de hélice com braço para baixo, uma mão fechada e indicador levantado.

Chamar atenção
Braço levantado e separado do corpo, com a mão abrindo e fechando ininterruptamente.

Cortar a corda
Mão realizando movimentos de serra sobre a palma da outra mão aberta e virada para cima.

Pode saltar
Uma mão faz o sinal de OK e a outra indica o local

Obstáculo na água
As duas mãos formam um telhado pontiagudo. Não saltar ou indicar local para onde não se deve saltar

Profundidade da água
Sinalizar com a mão junto ao corpo a profundidade do local A partir de 2 metros indicar o nº de metros com os dedos das mãos

Perigo aquático
Golpear com a palma da mão na superfície da água. Indicar alguma dificuldade como corrente forte

Rápido
Antebraço para baixo, mão fechada e com movimentos laterais

Nadar
Imitar movimento de natação com os braços

Direção horizontal
Braço horizontal com palma da mão aberta.

Direção Vertical
Punho fechado com indicador estendido. Realizar movimentos com o braço para acentuar a direção.

Figura 28: Sinalização visual no Canionismo (Adaptação baseada em SALAMERO, 2001)

A terceira forma de comunicação tão importante quanto o apito e a sinalização visual é a utilização de rádios portáteis de longo alcance. Esta é a maneira mais precisa na troca de

informações entre os praticantes pela capacidade do equipamento. Os cânions podem ter grandes distâncias a serem vencidas e alguns de seus obstáculos fazem com que as pessoas fiquem muitas vezes distantes umas das outras e nestas situações o rádio pode ser a melhor ferramenta na tomada de decisões. Porém nenhuma das alternativas mencionadas anteriormente deve ser subestimada ou negligenciadas. Está claro que neste esporte, sem comunicação sua prática torna-se impossível e inevitavelmente perigosa.

No transcorrer deste trabalho, tanto o grupo de professores quanto dos alunos deficientes visuais, receberam treinamento sobre sistemas de comunicação quase que em todas as aulas. O grupo de pessoas cegas e com baixa visão recebeu especial atenção neste item em relação à forma de ensino dos sinais. Foram passados os gestos essenciais que um aluno deve saber para garantir sua segurança e conseguir se comunicar com os instrutores. Para isso foram necessárias explicações verbais associadas às táteis para a compreensão dos movimentos e seus significados.

6.6 Treinamento das Técnicas Verticais

Vimos no item que trata dos métodos pedagógicos (pág. 79) que adotamos para ensinar ao grupo de deficientes visuais o que era o *Canyoning*, como utilizar seus equipamentos enfatizando o reconhecimento de seus respectivos formatos e funções. Depois de cumprida esta etapa, demos início à proposta de ensino das técnicas necessárias para transpor obstáculos no meio “selvagem”.

6.6.1 Rapel

O rapel é uma técnica muito antiga de descida por corda originada inicialmente do alpinismo, porém passou a ser amplamente empregada em outras modalidades como espeleologia e no *Canyoning* para a transposição das cachoeiras e abismos. O aumento do número de adeptos à pratica do rapel nas grandes cidades, tem levado à formação de tribos urbanas denominada de “rapeleiros”. Este movimento vem propagando rapidamente a atividade mesmo que de maneira desordenada elevando a modalidade ao status de esporte. Fato este que boa parte dos especialistas em esportes na natureza discorda plenamente. Uma visão restrita sobre esta técnica faz com que as pessoas procurem conhecer apenas a forma de execução e não os detalhes mais importantes que passam despercebidos aos olhos de um leigo, resultando muitas vezes em acidentes fatais.

O ensino das técnicas de rapel de forma fragmentada e extremamente detalhada para o grupo composto por pessoas cegas e com baixa visão, era imprescindível para a realização da atividade final deste trabalho, a travessia de um cânion com quatro grandes cachoeiras. Tínhamos uma preocupação especial com o ensino desta técnica, em função da potencialidade dos riscos de se trabalhar em alturas elevadas, ainda mais envolvendo um grande número de pessoas dentre elas alunos, professores e monitores. Para que esta etapa fosse realizada com sucesso, decidimos não demonstrar a técnica na forma completa logo de início. Dividimos o rapel em três partes ou momentos:

6.6.1.1 Rapel no Plano Horizontal

O rapel na sua forma original é utilizado em um plano inclinado e na vertical exclusivamente. Contudo, como nosso objetivo primeiramente era deixar claro a forma de funcionamento desta prática, criamos então o “rapel horizontal”.

Para executar este treinamento utilizamos as quadras externas da Faculdade de Educação Física por ter o solo totalmente plano. Nas laterais das quadras havia grandes postes de iluminação nos quais fixamos várias cordas para que os alunos pudessem vivenciar os primeiros movimentos de um rapel.

Com todos devidamente equipados, as cordas eram esticadas de cada ponto fixo em direção ao centro do local de treino. Pedíamos para que se deslocassem caminhando para trás através do freio preso à corda controlando a velocidade e fazendo algumas paradas.

Além da simples execução dos movimentos específicos, também sugerimos algumas brincadeiras como estafetas e tarefas de pegar objetos dispostos aleatoriamente pelo percurso sem que isso atrapalhasse o entendimento dos movimentos e posturas corretas. Este exercício também foi importante para demonstrar o posicionamento ideal das pernas como já foi descrito na atividade do “João Bobo” no item (6.4.3 na pág. 85) e ainda explicar a função do sujeito que chamamos de “segurança” que está descrito no tema Rapel no Plano Vertical.

6.6.1.2 Rapel no Plano Inclinado

As atividades propostas no ensino do “rapel horizontal” foram assimiladas e compreendidas pelos alunos sem muitos problemas. Passamos então a nos concentrar nos exercícios em um plano inclinado.

Escolhemos alguns pontos estratégicos dentro do campus da universidade, que ofereciam as condições necessárias para o desenvolvimento desta atividade de forma que tivéssemos controle total da situação, já que pela primeira vez estávamos trabalhando com altura. Os locais escolhidos tinham elevações que variavam entre cinco e sete metros com inclinação bem acentuada, o que nos permitiu trabalhar vários aspectos como:

- comportamento dos alunos frente a situações que envolviam altura e conseqüentemente o risco imaginário e real;
- a transposição de um plano no qual estavam habituados (horizontal) para um plano completamente novo e sem referência (inclinado);
- correção do posicionamento do corpo em relação à nova condição espacial;
- correções posturais devido ao solo irregular, com alguns buracos e pedras no caminho que deveriam ser tateados com muito cuidado pelos sujeitos cegos e observados pelos baixa visão;

Pudemos observar num primeiro momento alguns problemas de lateralidade, equilíbrio estático e dinâmico e dificuldades de orientação espacial. Porém, estes detalhes não foram considerados como complicadores para o andamento da proposta, visto que os sujeitos da pesquisa tiveram as mesmas dificuldades que qualquer novato na modalidade, independente da deficiência apresentada.

Como em todas as etapas, procuramos esgotar todas as possibilidades de erros e dúvidas por parte dos alunos e professores. Resgatamos sempre alguns exercícios já praticados nas fases mais simples e reaplicamos nos momentos mais complexos a fim de testar a eficácia das atividades pedagógicas e facilitar o entendimento técnico, como por exemplo, execução de estafetas também no plano inclinado considerando as devidas proporções.

Desenvolver a atividade no plano inclinado também foi de extrema importância para a compreensão de uma das fases mais importantes e críticas do rapel conhecida como “saída” que veremos em detalhe no item 3 (Rapel no Plano Vertical).

6.6.1.3 Rapel no Plano Vertical

Para iniciar a descida propriamente dita, antes é preciso passar por uma fase em que as pessoas mais têm receio. O instante em que devem se lançar gradativamente para trás, preso apenas por um único ponto (freio) estando os dois pés apoiados na beirada do abismo, sobre uma

quina da rocha ou de parede. Seguramente, este é o momento de maior tensão em um rapel, que exige muita atenção por parte de todos para evitar sustos desnecessários.

O momento da saída no rapel para os deficientes visuais foi treinado exaustivamente. Não só por ser a etapa em que se faz a transição do plano horizontal para o vertical, mas essencialmente pela sincronia que deve existir entre aluno e instrutor. O maior número de informações a serem transmitidas acontecem neste instante. Por isso a atenção deve ser redobrada e as sinalizações táteis e verbais devem ser precisas. O aluno cego em especial orienta-se basicamente pela voz do instrutor e pelas informações que lhe é transmitida. Já os que tem baixa visão, se valem dos mesmos recursos, porém contando ainda com o recurso visual ainda que limitado.

Para o treinamento das saídas, optamos mais uma vez pelo trabalho gradativo e fragmentado. Iniciamos em locais baixos, com pouco mais de um metro de altura para que pudéssemos ficar o mais próximo possível de cada aluno e monitorar cada movimento. Também fizemos com que enquanto uma pessoa realizasse o exercício outras tocassem partes do seu corpo para melhor compreensão da postura correta e dos movimentos na seqüência. O objetivo deste treinamento era simular com exatidão e realidade para se começar um rapel completo.

Figura: 29 Treinamento da saída no rapel vertical

É conveniente lembrar que em atividades como esta, priorizamos incondicionalmente a segurança de cada participante, utilizando além dos equipamentos de segurança específicos, também colchões para proteção e treinamento dos professores e monitores para cada situação.

A introdução da altura a partir deste ponto faria apenas com que pudessem sentir e entender a finalidade de um rapel, já que a técnica em si não é diferente do que aprenderam no plano horizontal e inclinado.

A descida de Rapel deve ser sempre executada com muita tranqüilidade, procurando estar atento quanto ao posicionamento do braço guia responsável em parte pelo equilíbrio, também no controle na liberação da corda pela mão que controla o freio e finalmente no posicionamento dos pés de apoio no contato com a parede, se existir.

No Rapel deve haver sempre um indivíduo que é chamado de “segurança”. Este deve estar sempre localizado no final de um rapel, segurando a corda com a finalidade de dar proteção para o praticante. Suas principais ações são monitorar e intervir na descida de qualquer pessoa em caso de necessidade, que pode ser desde impedir que o esportista bata contra as pedras até mesmo em uma eventual perda de consciência. A pessoa que faz a segurança é capaz de executar a mesma função da mão de frenagem do praticante, apenas com o ato de esticar ou afrouxar a corda. Podendo assim descê-lo sem risco até um local seguro.

Figura 30: Segurança no rapel

Com a finalidade de enfatizar o treinamento vertical e suas variáveis, pedimos através de ofício (Apêndice E) a liberação do Ginásio Multidisciplinar da Unicamp, que foi gentilmente cedido para que tivéssemos um local apropriado e de fácil acesso para a continuação da pesquisa.

Em algumas das paredes internas do ginásio, montamos todos os sistemas possíveis de rapel como: positivo, negativo, guiado e debreado.

Figura 31: Treinamento de rapel na vertical

Após alguns meses explorando as possibilidades existentes no local, procuramos investigar quais as maiores dificuldades que encontraram neste processo. Descobrimos pelos depoimentos que todos estavam muito seguros no que estavam realizando e que os educativos propostos até aquele momento haviam contribuído plenamente para o perfeito entendimento e execução da técnica trabalhada. Notamos ainda que os sujeitos cegos sentiam-se mais tranqüilos e durante os processos que envolviam altura. Questionados sobre este fato, todos responderam que não se preocupavam muito com este item já que a falta do recurso visual os impedia de observá-la. Assim estavam mais preocupados com as informações passadas exclusivamente. Já com os sujeitos de baixa visão tanto comportamento quanto os depoimentos divergiam um pouco do primeiro grupo. Os que tinham ainda algum resquício visual e podiam de alguma forma perceber a que altura estavam do solo, demonstravam mais dificuldade e preocupação com a atividade a ser realizada.

6.6.2 Rapel Guiado e Tirolesa

No momento em que observamos o total domínio da técnica mais empregada nas descidas de cânions por parte dos alunos e na segurança dos professores e monitores em acompanhar os

procedimentos, seguimos com a programação aumentando continuamente os níveis tanto de dificuldade quanto técnicos.

Aproveitando ainda as condições existentes no ginásio citado anteriormente montamos o chamado Rapel Guiado, que tem como finalidade principal dar segurança aos praticantes de canionismo quando se encontram em situações de difícil transposição, como cachoeiras com fluxo de água extremamente elevado ou em locais que haja risco de pedras caírem enquanto se faz o rapel.

Durante a prática desta atividade alguns alunos encontraram dificuldade num primeiro momento em função da necessidade de ter um bom domínio corporal durante a descida, pois não há apoio para os pés fazendo com que as pessoas fiquem desequilibradas.

Alguns sujeitos relataram inicialmente que pareciam estar soltos no ar, não conseguindo encontrar uma posição estável. Fizemos algumas sugestões de como deveriam posicionar o corpo passando algumas referências como indicação de onde poderiam segurar com uma das mãos e reposicionamento das pernas. Também pedimos para alguns monitores passarem informações durante a descida para que pudessem se guiar pela voz dos mesmos e obter uma referência da altura e da distância restante do percurso. As descidas subseqüentes ocorreram sem maiores problemas para os alunos cegos. Porém, alguns que tinham baixa visão novamente apresentaram mais dificuldade na realização desta tarefa, em virtude da altura que podiam perceber aliada ao descontrole corporal. Nestes casos tivemos que trabalhar de forma mais lenta e com o auxílio de um professor mais próximo do aluno, a fim de transmitir segurança e contribuir na compreensão e percepção do corpo no espaço.

Figura: 32 Rapel Guiado com auxílio do instrutor

O treinamento do Rapel Guiado também foi importante como preparação para a Tirolesa, que é parecido com a atividade anterior, porém sem a técnica do Rapel. Neste exercício os alunos não têm controle algum sobre o equipamento, dependendo exclusivamente dos profissionais que fazem a segurança.

As cordas foram fixadas em dois pontos eqüidistantes sob muita tensão e com grau de inclinação elevado, para que pudessem descer através de polias com grande velocidade. Quando atingiam determinada altura em relação ao piso da quadra, dois instrutores acionavam o sistema de frenagem descendo a pessoas em segurança. Todos quiseram passar pela Tirolesa repetidas vezes, já que esta atividade lembrava mais um brinquedo para diversão do que uma técnica do canionismo propriamente dita. Nos relatórios de aula surgiram descrições como *"senti uma grande sensação de liberdade", ou "parecia que estava voando por alguns segundos"*.

6.6.3 Arvorismo

Este é um esporte relativamente novo no Brasil e sua criação ainda é controversa. A teoria mais aceita é que biólogos que necessitavam pesquisar a fauna e a flora na copa das árvores

montavam estruturas com cordas e cabos de aço formando passarelas nas quais podiam transitar com segurança há vários metros do chão. Os esportistas da natureza adaptaram a idéia acrescentando vários tipos de obstáculos, através de um caminho a ser percorrido sobre as árvores.

Esta atividade proporciona uma exploração intensa da percepção corporal, do equilíbrio, da força e também do raciocínio, já que os obstáculos são dispostos pelo percurso em forma de pontes instáveis feitas com cordas, tábuas, bastões e até pneus. É preciso escolher a melhor forma de transpor cada etapa do Arvorismo para evitar as quedas. Durante todo o caminho o praticante está sempre preso a cabos de segurança evitando acidentes.

O Arvorismo apresentou-se como uma atividade muito completa para trabalharmos com o grupo de deficientes visuais. Vimos neste esporte a possibilidade desenvolver exercícios que simulavam algumas condições de deslocamento que se aproximavam de situações que ocorriam no *Canyoning*. Caminhar pelo leito de um rio coberto por pedras é um jogo constante de equilíbrio e desequilíbrio, tão presentes no Arvorismo. Outro item muito exigido em ambas as atividades é a resistência e a força. Um percurso sobre as árvores pode até não ser tão longo, porém pode-se levar até uma hora para conseguir atravessar do início ao fim. Considerando a falta do recurso visual o tempo para se realizar o mesmo percurso pode aumentar consideravelmente.

Montamos uma estrutura simples, com aproximadamente seis passagens ou estações em um bosque localizado em uma área da Faculdade de Educação Física. A atividade também permitiu associarmos algumas técnicas já treinadas anteriormente como o Rapel e a Tirolesa dentro deste percurso.

Figura: 33 Arvorismo

Em cada ponto de transição havia um professor preparado para passar instruções e dar a segurança necessária. Os alunos eram orientados com informações sobre o percurso antes de iniciarem a subida até a copa da primeira árvore. Dali para adiante em cada ponte de corda pela qual passavam, deveriam tentar encontrar por si mesmos a melhor maneira transpor cada obstáculo. Recebiam ajuda apenas em caso de extrema necessidade. Passávamos os problemas e eles tinham que tentar resolvê-los com as informações que haviam aprendido em todas as aulas anteriores.

Muitos comentários surgiram desta atividade relacionados a vários aspectos como desgaste físico, sensações de medo e segurança em pontos específicos e a oportunidade de estar pela primeira vez na copa de uma árvore. Não tínhamos dado conta até então, que a idéia do formato de uma árvore para alguns se resumia em um simples tronco. A chance de estar lá em cima acrescentou novas informações na compreensão do mundo que os cercava.

6.6.4 Treinamento em Ponte

Para finalizar todo o processo de treinamento vertical, avaliamos que o grupo estava pronto para passar por um grande desafio. Colocar em prática todos os procedimentos apresentados até aquele momento. Em junho de 2003 levamos toda a equipe para passar o dia todo em uma ponte com 30 metros de altura localizada às margens da Rodovia dos Bandeirantes em Campinas (Apêndice F).

Figura: 34 Treinamento de rapel em ponte: Estrada de Ferro

Esta atividade serviu também como uma forma de teste tanto para alunos quanto professores, pois havia inúmeras situações para serem analisadas e de cuidados específicos. Planejamos cuidadosamente a execução deste exercício, já que sobre esta ponte existia uma linha férrea ativa por onde passam trens de carga muito extensos. Tínhamos que ficar nos corredores laterais destinados aos pedestres de onde partíamos para as descidas de rapel e tirolesa.

Todas as precauções foram tomadas, pois conhecíamos as potencialidades de risco oferecidas pelo local. Entre o trem e o espaço destinado às pessoas do grupo não havia proteções. Assim, a atenção de todos durante o deslocamento dos vagões era fundamental, tanto para dar explicações sobre as dimensões do local e do trem quanto nos cuidados com a segurança que foi passada detalhadamente em reuniões e relembradas antes de iniciarmos as atividades. É importante destacar que estávamos com um grupo de aproximadamente trinta e cinco pessoas sob e sobre a ponte.

A organização geral da equipe estava sendo testada como pré-requisito para a prática do canionismo no início de 2004, onde a logística seria muito mais complexa e com um número maior de integrantes.

Como era de costume, enviávamos uma equipe de instrutores na frente para preparar a montagem dos equipamentos. Após familiarização do local, explicações técnicas e sobre a segurança, iniciamos as descidas de cada aluno sempre acompanhado de um monitor que tinha como função principal transmitir as informações necessárias como posicionamento do corpo, velocidade de descida, explicações sobre o ambiente que os cercava e principalmente informar em intervalos de tempo a que distância estava do solo. Para a maioria das pessoas, esta foi a primeira experiência em um local de grandes proporções.

Figura: 35 Instrutor e aluno trocando informações

Além do rapel simples e do rapel guiado, também aproveitamos a oportunidade para montarmos uma tirolesa. Esta técnica também treinada em aula é extremamente complexa para ser montada, mas que proporciona sensações muito intensas. Especialmente neste local que por ter um grande desnível, as descidas na tirolesa atingiam grandes velocidades.

Figura: 36 Descida em Tirolesa

Um fato inesperado que ocorreu neste dia foi a decisão de um dos sujeitos da pesquisa com baixa visão e que sempre demonstrou grande dificuldade nas atividades relacionadas com altura, em realizar a descida da ponte. Montamos um esquema maior em termos de acessoria com dois professores na saída e mais dois na descida, a fim de proporcionar todas as condições possíveis para a concretização de uma superação pessoal. Este foi um momento importante para todo o grupo já que ninguém esperava que esta pessoa tivesse em algum momento vontade de fazer o rapel e especialmente em um lugar tão alto. Mas essencialmente transmitiu a todos do grupo uma forte capacidade de superação que foi reproduzida nos relatórios de campo de cada um. Pode-se dizer que este foi um dos pontos altos da pesquisa, na qual conseguimos enxergar claramente a junção de todos os detalhes trabalhados durante dois anos sintetizados em um breve momento.

6.7 Treinamento das Técnicas de Travessia

6.7.1 Construção e uso do “Bastão Guia”

Dentro da proposta metodológica, buscamos em várias atividades descritas até aqui, possíveis soluções para a construção do conhecimento sobre o *Canyoning* e a forma mais segura de praticá-lo. Mesmo com todo o aparato tecnológico de equipamentos de escalada de primeira linha para transpor os grandes obstáculos de um cânion, observamos que a caminhada pelo leito do rio totalmente coberto por pequenas pedras escorregadias, seria um problema no deslocamento de um grupo grande. Tínhamos o conhecimento que para realizar uma travessia, era preciso ter planejamento para utilizar o menor tempo possível. Não se pode correr o risco de ficar preso em locais de difícil acesso como no caso destes ambientes.

Precisávamos encontrar uma forma de caminhar pelo leito do rio com os deficientes visuais sem lentidão, a fim de não causar problemas e nos colocarmos em situações de risco real. Para isso construímos um equipamento no qual chamamos de “Bastão Guia”.

Para caminhar em locais confinados e que promovem grande desgaste físico devemos evitar o excesso de peso. Portanto na introdução do novo implemento procuramos utilizar um material que fosse leve, resistente e que pudesse ser descartado na natureza em caso de necessidade sem afetar o meio ambiente. Fizemos alguns testes com vários tipos de madeira, mas sempre encontrávamos algum problema como: quebravam com facilidade oferecendo risco aos participantes, alguns mais resistentes não tinham o tamanho ideal ou eram peças muito caras de acordo com o tipo de madeira. A solução estava na utilização de “bambus” que foi sugerido por um dos professores. Eles podiam ser cortados na medida que precisávamos, eram muito leves e resistentes e podiam ser descartados na mata caso perdessem a utilidade para o grupo.

Os segmentos de bambu foram cortados com dois metros de comprimento para que até três pessoas pudessem caminhar juntas sem que um atrapalhasse o passo do outro. Determinamos que na dianteira do bastão sempre haveria um guia, ou seja, uma pessoa vidente. O centro que era o local mais estável estava destinado a um sujeito cego ou com baixa visão e na última posição poderia ser outro monitor ou até mesmo um aluno com baixa visão com capacidade de ajudar na locomoção. Em cada uma das posições havia uma fita de tecido resistente presa ao bastão, para que pudessem fixar uma das mãos como referência e não soltar o mesmo. Por outro lado,

tomamos o cuidado de não prendermos totalmente esta mão para que em caso de necessidade pudessem se desvencilhar rapidamente do equipamento.

Procuramos testar o bastão guia de inúmeras maneiras até encontrarmos a melhor forma de utilizá-lo. Fizemos grandes caminhadas pelo campus da universidade e pelas ruas adjacentes, procurando transpor todos os obstáculos possíveis pelo trajeto como: planos inclinados, terrenos acidentados, locais com pedras grandes, escadarias, diferentes tipos de solo e até em cima de pequenos muros testando o equilíbrio. Em cada saída procurávamos por caminhos e dificuldades diferentes aumentando gradativamente o estímulo para os alunos. No retorno das caminhadas, buscávamos coletar informações sobre a eficiência do novo equipamento e sobre possíveis modificações. Alguns fizeram comparações com a bengala utilizada na locomoção diária, relatando que o bastão transmitia tanta segurança quanto à ferramenta que estavam habituados, porém com uma diferença. Com o bastão, o trabalho tinha que ser realizado em grupo e as possibilidades de deslocamento eram maiores como correr.

Figura: 37 Corrida com o “Bastão Guia”

Além das aulas de exploração e desenvolvimento para locomoção em um ambiente imprevisível que realizamos em nossos espaços de pesquisa, tivemos a oportunidade de levar os alunos para passar três dias em uma fazenda localizada em uma pequena cidade do interior de São Paulo (Apêndice F).

Além dos momentos de descontração também pudemos elaborar atividades levando em conta as condições naturais oferecidas no local como: grandes áreas livres de obstáculos permitindo maior liberdade de locomoção, lago e piscina para treinamento aquático e trilhas na mata e nas plantações de milho para realização de caminhadas em locais de difícil deslocamento.

Também procuramos elaborar jogos que permitiram maior integração entre as pessoas do grupo. Reservamos intencionalmente para a primeira noite, a realização de um grande jogo chamado “Caça ao Vanster” que tinha como principais objetivos, desenvolver a capacidade de alunos e professores trabalharem em equipe, associação com as atividades já aprendidas como caminhar em locais com muitos obstáculos e trabalhar com as emoções e o controle do medo, já que a brincadeira aconteceria em um local ainda desconhecido pela maioria e sob escuridão total. Podiam utilizar apenas lanternas para se guiar. Dividimos os grupos em dois menores e o jogo durou aproximadamente duas horas. Tudo ocorreu de forma muita intensa e disputada entre os grupos, porém ao final as expressões no rosto de cada um transmitiam uma sensação diferente. Uns pareciam muito cansados, outros um pouco assustados, mas todos felizes com suas roupas imundas sugerindo a aventura que passaram.

O objetivo dos grupos nesta atividade era encontrar o temível monstro alienígena “Vanster” e eliminá-lo. Para isso as equipes receberam instruções através de uma breve história com as regras do jogo e tinham que encontrar cinco pessoas que estavam escondidas em vários pontos da fazenda, portando cada qual uma pista que formaria um enigma a ser decifrado. Buscamos acrescentar elementos sonoros nesta atividade para que os sujeitos cegos pudessem ajudar sua equipe a encontrar os monitores escondidos. Cada um emitia um som ou ruído diferente como forma de sinalizar sua posição. Esta foi a atividade que mais apareceu nos relatórios de campo descritos pelos alunos e professores. Outro detalhe importante foram os relatos de alguns professores que sentiram dificuldade em caminhar no escuro, necessitando em alguns momentos do auxilio dos alunos cegos.

6.7.2 Treinamento Aquático

Basicamente a prática do *Canyoning* ocorre quase que integralmente em meio aquático, tornando-se necessário a adaptação às condições do ambiente. As situações a serem superadas podem ser as mais variadas como trechos de natação, flutuação, correnteza forte, refluxos,

corredeiras, redemoinhos, sumidouros entre outras. Os pontos mais turbulentos do rio são conhecidos como “águas vivas” e é aqui que se encontram os verdadeiros limites deste esporte.

Para o evento final deste trabalho, procuramos escolher um local que não oferecesse um grau de complexidade elevado relativa à parte aquática, ou seja, sem trechos de “águas vivas”. Mesmo assim considerando a proposta da pesquisa de elaborar um método para o ensino do canionismo para D.Vs , elaboramos as atividades pensando nas possíveis situações existentes em vários tipos de rio.

Os treinamentos principais foram divididos em três momentos. O primeiro foi em uma piscina semi-olímpica situada nas dependências da faculdade de Educação Física da Unicamp. Nosso objetivo em um primeiro momento foi realizar uma adaptação dos alunos ao meio líquido, já que pelo menos seis alunos tinham dificuldades com atividades que envolviam água. Procuramos deixá-los à vontade nas primeiras aulas, passando apenas alguns jogos e brincadeiras como forma introdutória ao espaço. No início de cada aula, também tivemos a oportunidade de participar de aulas de hidroginástica ministrada por professores da faculdade. Estes exercícios foram importantes na preparação de todos, pois além de proporcionar momentos de descontração também possibilitou maior interação entre os participantes.

Figura: 38 Educativos e vivências no meio líquido

Após esta fase de preparação iniciamos os trabalhos específicos enfatizando exercícios de natação e flutuação, posicionamento do corpo em corredeiras, posição dos saltos na piscina e utilização dos equipamentos de escalada empregado em diversas situações.

Para o treino dos saltos, os monitores se posicionavam nas áreas mais profundas da piscina segurando um arco na superfície da água. Os alunos após receberem as informações necessárias para executar a atividade com segurança como distância da borda, forma como deveriam saltar e posicionamento, recebiam um sinal para efetuar o salto entrando com o corpo ereto por dentro do arco com os braços junto ao peito de forma cruzada. Assim, o material escolhido tinha como função principal determinar a maneira correta de entrada na água com segurança.

Montamos ainda pontes de corda que atravessavam por sobre a piscina para que pudessem tentar atravessá-la sem cair na água. Neste momento começávamos a unir os materiais específicos da modalidade com os treinos aquáticos como na utilização das mochilas flutuantes para a transposição de trechos profundos. Nesta atividade amarramos uma grande corda em cada mochila e pedimos para que um aluno de cada vez ficasse sobre a mochila enquanto puxávamos a toda velocidade como um esquí aquático, trabalhando a capacidade de equilíbrio.

Figura: 39 Treinamento aquático com os equipamentos do *Canyoning*

O segundo momento foi a organização de uma viagem à praia da Fazenda localizada na cidade litorânea de Ubatuba norte de São Paulo (Apêndice F). Nesta praia encontra-se o Núcleo Ambiental Picinguaba que é uma reserva de estudos com instalações que pertencem ao governo do estado. O acesso ao núcleo somente é autorizado para grupos que tenham vinculação com pesquisas acadêmicas.

A praia assim como a fazenda foram dois locais importantes em relação às possibilidades que o espaço proporcionava aos alunos deficientes. Nos relatos descrevem uma incrível sensação de liberdade pelo fato de poderem caminhar sem receio de esbarrar em obstáculos. Também tiveram a oportunidade de experimentar o mar que para alguns era a primeira vez. Apesar de ter a oportunidade de executar atividades específicas como treinamento para o canionismo, procuramos dar a esta viagem um caráter mais descontraído e de passeio, sem a sistematização de outros momentos.

O terceiro e último momento deixamos para o início de 2004 quando programamos uma aula em um parque aquático na região de Campinas. Avaliamos que o parque possuía atrações que simulavam algumas condições semelhantes às encontradas em um cânion como “tobogãs” e trechos de “águas vivas”.

Um dos brinquedos que possibilitou treinarmos de forma muito próxima à realidade encontrada em um rio foi a piscina de correnteza, na qual pudemos exercitar a flutuabilidade e as posições de descida em corredeiras com facilidade.

6.8 *Canyoning* em Botucatu

No processo de ensino do *Canyoning* para deficientes visuais durante dois anos, tínhamos a preocupação de encontrar um local adequado para a finalização da pesquisa de campo que possibilitasse a execução da atividade com segurança. Alguns dos cânions mais conhecidos e utilizados no Brasil geralmente ficam em locais muito distantes do estado de São Paulo em regiões de difícil acesso. Pesquisamos em várias cidades com potencial para existência de cânions, e detectamos no município paulista de Botucatu um local ideal para a prática do canionismo, pois a cidade está situada sobre a formação de “Cuestas Basálticas” de origem vulcânica.

As “Cuestas” também são conhecidas como formação em “degraus”, pois no curso dos rios da região existem grandes desníveis que formam pequenas e grandes cachoeiras em seqüência, parecendo uma escada de proporções gigantescas.

Percorremos vários rios da região e achamos que o mais adequado estava localizado na Fazenda Pavuna, pois além de possuir um cânion em condições favoráveis tal qual buscávamos, também possuía uma estrutura mínima para abrigar um grande número de pessoas.

6.8.1 Treinamento dos Monitores

Em todas as atividades que programávamos para o grupo estudado, sempre levávamos os monitores primeiro para um treinamento específico, para o reconhecimento do local e coleta de informações necessárias para a elaboração das atividades que seriam aplicadas aos deficientes visuais nas aulas. Elaborávamos os exercícios e organizávamos as viagens nas reuniões de planejamento, na qual decidíamos a viabilidade das propostas antes de partirmos para as tarefas de campo.No treinamento dos monitores utilizávamos sempre a estratégia de vendar os olhos de alguns voluntários com o objetivo de coletar dados sobre as dificuldades encontradas. Enquanto uns podiam treinar a melhor forma de orientar uma pessoa com tal deficiência, os que estavam vendados experimentavam a sensação da falta do recurso visual e forneciam detalhes importantes a respeito das dificuldades na execução do exercício. Este recurso de vendar tornou possível uma melhor elaboração do conteúdo das aulas e na minimização de falhas. O conhecimento prévio dos locais onde levaríamos o grupo de deficientes visuais, também foi de extrema importância nos momentos de planejamento e distribuição das funções para cada um dos professores e monitores.

Figura: 40 Monitores no Cânion da Fazenda Pavuna

6.8.2 Levantamento de Dados do Cânion

Depois da escolha do cânion, levantamos o maior número de informações possíveis sobre o local como: localização geográfica, geologia da região, medição da altura das cachoeiras e da distância total a ser percorrida e avaliação do desnível total entre a entrada e a saída do rio.

Para a coleta dos dados, precisávamos de um equipamento chamado GPS (Sistema de Posicionamento Global) que é um pequeno computador que recebe e envia sinais via satélite capaz de processar informações como altitude em relação ao nível do mar, latitude, longitude indicando a posição geográfica do medidor e as imagens de satélite com a topografia da região.

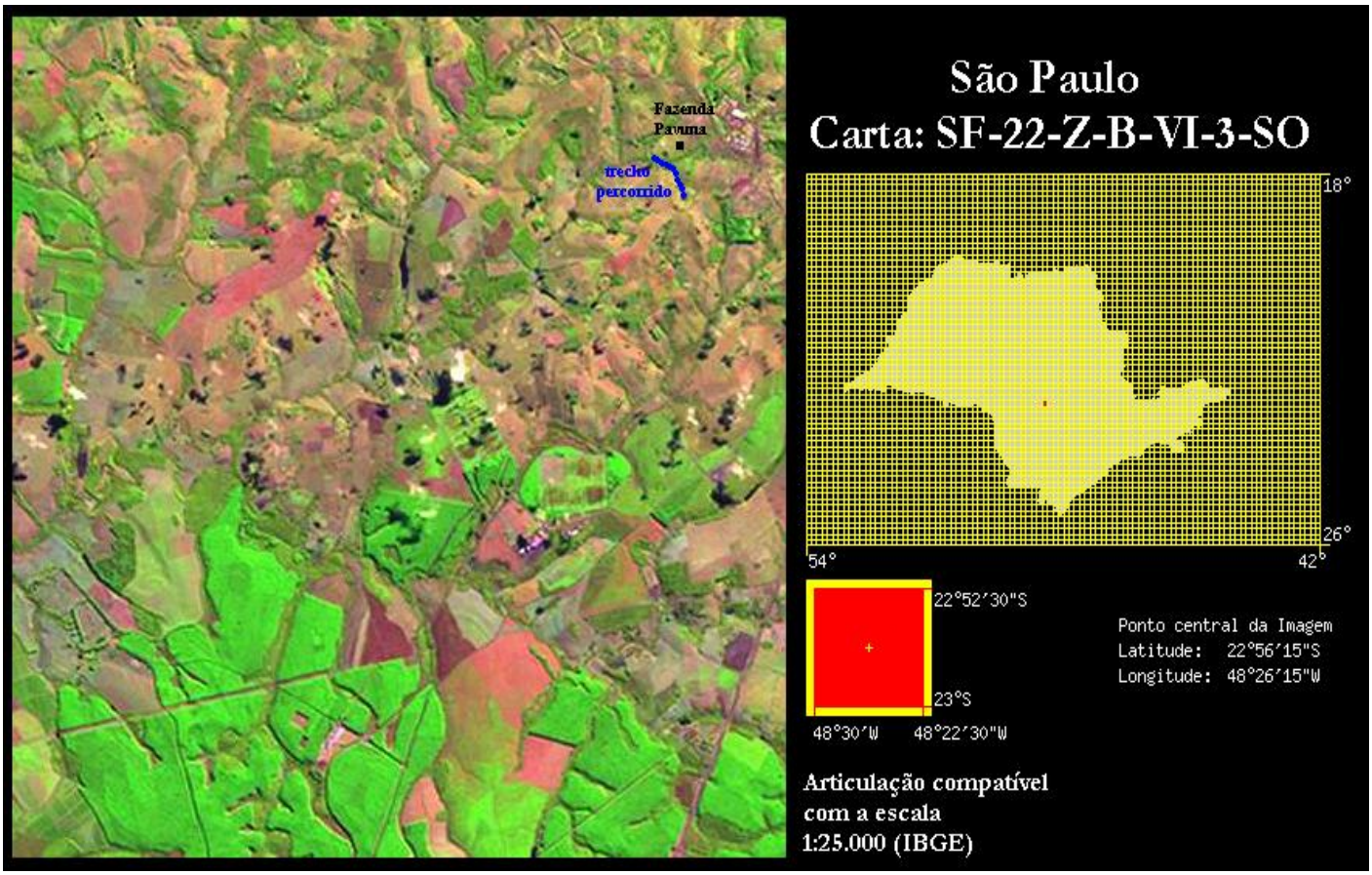


Figura: 41Imagem de satélite com as coordenadas do Cânion Pavuna. (MIRANDA, 2004)

O GPS é um aparelho muito caro, especialmente o modelo à prova d'água como era de nossa necessidade. Enviamos um pedido através da Faculdade de Educação Física ao Instituto de

Geociências da universidade, juntamente com uma descrição do projeto e da utilização do aparelho. (Apêndice E). Através da colaboração entre os referidos institutos, obtivemos autorização para o empréstimo e ainda pudemos contar com a assessoria de um aluno do curso de Geografia para operar o GPS e no fornecimento das imagens de satélite com a topografia da região e na confecção do perfil esquemático do cânion da Pavuna através dos dados obtidos.

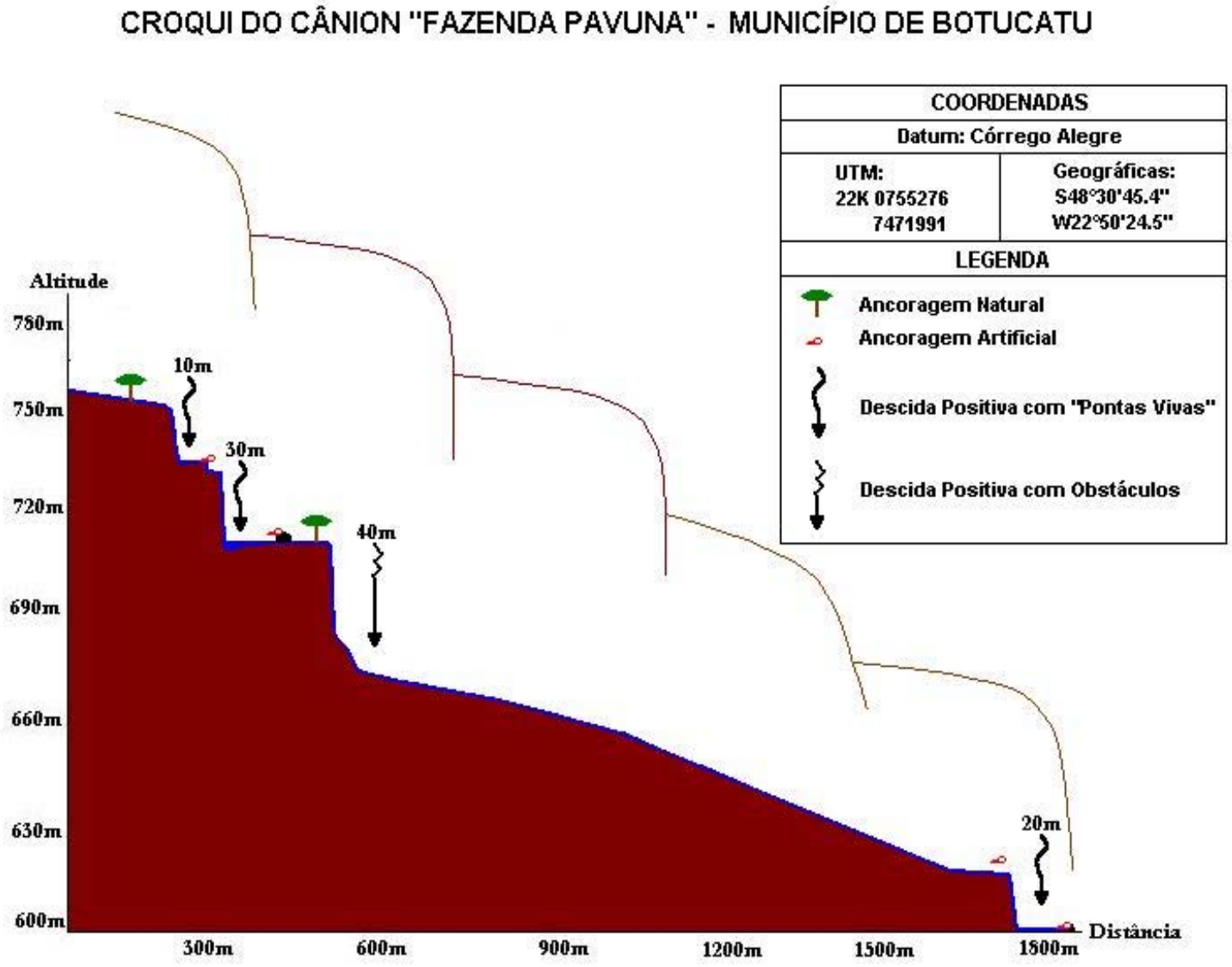


Figura: 42 Perfil esquemático (croqui) do Cânion da Fazenda Pavuna

Antes de levarmos o grupo de deficientes visuais para a atividade final, fomos para o município de Botucatu cinco vezes e percorremos o leito do rio em duas oportunidades mapeando e observando detalhadamente cada cachoeira, profundidade, áreas de escape e pontos de risco. Também fizemos o trabalho importante de fixação das ancoragens artificiais que incluem perfuração da rocha e instalação das plaquetas de amarração.

Uma das informações de extrema importância para o sucesso da atividade era prever o tempo que levaríamos para percorrer o trajeto de aproximadamente dois mil metros e com um desnível de cento e oitenta metros da entrada até a saída do rio.

Em nossa segunda exploração do cânion já com a presença dos monitores, procuramos simular as condições da falta de visão do início ao fim com alguns deles, para que pudéssemos ter uma estimativa do tempo que gastaríamos em condições normais. Com pouco mais de vinte pessoas conseguimos cumprir o percurso em sete horas até o retorno ao acampamento. Por questões de segurança, nosso planejamento foi para que concluíssemos a tarefa antes do anoitecer.

6.8.3 Maquete

Quando retornamos da viagem com os monitores da fazenda em Botucatu, tínhamos como passar uma boa noção do que teriam pela frente, através dos relatos e da experiência adquirida. Mas ainda havia uma lacuna entre todo o processo pedagógico vivido pelos deficientes visuais e a compreensão do todo. Por sugestão dos próprios alunos, construímos uma maquete do cânion da Fazenda Pavuna com os dados que havíamos coletado. Desta forma foi possível reproduzir em placas de isopor, todo o leito do rio a ser percorrido de maneira muito próxima à realidade.

Com a idéia aprovada pelo grupo, alguns monitores com experiência em construção de maquetes se reuniram no Laboratório de Atividade Motora Adaptada com os dados fornecidos pelo GPS e iniciaram a construção. O resultado final foi a reprodução fiel do local a ser explorado pelo sujeitos da pesquisa com riqueza de detalhes do local como a quantidade de cachoeiras, as distâncias entre elas e altura, a formação geológica, os pontos de ancoragens com as cordas e com o tipo de técnica de rapel a ser utilizada, caracterização do rio e do tipo de rocha e o desenho do traçado do rio.

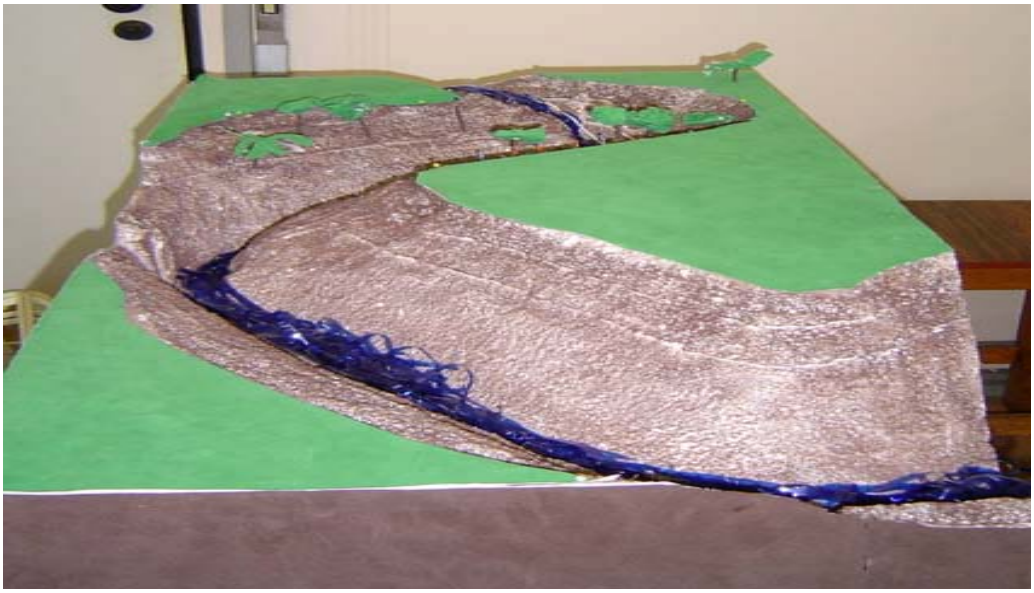


Figura: 43 Maquete em isopor do Cânion Pavuna

Este material alternativo teve um papel fundamental no entendimento e visualização da proposta e seus objetivos. A maquete se tornou uma ferramenta muita rica no processo de aprendizagem já que possibilitou a todos conhecer o local e suas características através das mãos e do toque.

Figura: 44 Aluno cego explorando a maquete através do tato

6.8.4 A Viagem

A logística para a realização da viagem tão esperada talvez tenha sido tão complexa quanto o programa pedagógico construído durante a pesquisa. Eram quarenta e cinco pessoas para serem transportadas até o município de Botucatu e que passariam duas noites na Fazenda Pavuna. Todos ficariam acampados em um lugar simples e rústico que dispunha de dois banheiros e dois chuveiros e um rancho para as refeições.

Todas as despesas da viagem como transporte, comida e acampamento foram custeadas com patrocínio de empresas privadas, de modo que os voluntários da pesquisa e monitores pudessem participar sem qualquer ônus. Para isso, fizemos camisetas para o grupo com as logomarcas das empresas que contribuíram de alguma forma, impressa na parte posterior das mesmas.

Dias antes da partida, fizemos uma última reunião para definição de funções de cada um dos professores e monitores, também para fechar o cronograma com os horários das atividades, relembrar todos os procedimentos de segurança e principalmente definir quais seriam os alunos e monitores selecionados para a descida do cânion. Para isso tivemos que adotar alguns critérios em conformidade com o Comitê de Ética em pesquisa para a escolha da equipe.

No caso dos monitores seguimos os seguintes ítens para os que participariam do *canyoning*:

- Estar disposto a fazer parte da atividade proposta de livre e espontânea vontade;
- Preferência para os mais antigos e experientes no grupo;
- Ter um bom controle emocional;
- Bom conhecimento na identificação e manuseio dos equipamentos básicos do canionismo;

Na escolha dos alunos deficientes visuais adotamos os mesmos critérios descritos abaixo e mais alguns que julgamos importantes:

- Estar disposto a fazer parte da atividade proposta de livre e espontânea vontade;
- Ter um bom controle emocional;
- Bom conhecimento na identificação e manuseio dos equipamentos básicos do canionismo;
- Desempenho e domínio das técnicas básicas do canionismo;
- Os sujeitos da pesquisa deverão apresentar boas condições de saúde;

- Ter participado integralmente de todo o programa sem interrupções longas;
- Capacidades de “Orientação e Mobilidade” bem desenvolvidas e locomoção segura.

Fechamos a equipe em cinco deficientes visuais dos quais três eram cegos e dois com baixa visão. Para cada um deles destacamos um monitor que seriam seus parceiros e guias do início da atividade até o final no retorno ao acampamento. É importante salientar que os alunos e monitores que não puderam ser escolhidos também foram para a viagem contribuindo na organização e participando de outras atividades paralelas.

A apenas um dia da data de partida descobrimos um grande problema. A Fazenda Pavuna estava sem energia elétrica e assim ficaria pelos próximos dias. Para resolver a questão alugamos um gerador de energia para que todos pudessem ao menos contar com água quente nos chuveiros já que a água do rio era muito fria. O que poderia causar além do desconforto, problemas de saúde aos participantes já que a atividade promovia grande desgaste físico.

No dia 30 de abril de 2004, uma equipe com seis pessoas partiu algumas horas antes dos demais participantes do grupo, a fim de verificar a estrutura, preparar as instalações e organizar a alimentação (Apêndice F). Toda a equipe composta por 45 pessoas quando chegou à Fazenda Pavuna no final da noite, fizeram inicialmente o reconhecimento do local procurando identificar os banheiros, a área de alimentação e o espaço para a montagem do acampamento como mostra a figura 45. Após a montagem das barracas, reunimos o grupo para passar informações sobre as regras de uso da propriedade e principalmente sobre a programação do dia seguinte no qual começaríamos a descida do cânion no início da manhã. Também relembramos as funções de cada um e a importância do trabalho em equipe nos esportes na natureza.

Figura: 45 Área do acampamento e rancho na fazenda

No primeiro sábado de maio de 2004, todos acordaram cedo e começaram a se organizar para a descida. Nos três dias que antecederam a viagem, observávamos os relatórios meteorológicos na expectativa de que não chovesse. E este foi o último final de semana com sol e clima quente antes do inverno. Escolhemos esta data por se tratar de um período de poucas chuvas, ideal para a prática do canionismo em que os rios estão com o nível das águas mais baixo. Como sempre fazemos em todas as atividades, uma equipe de instrutores saiu na frente para preparar as instalações na entrada do cânion.

Com todos devidamente equipados, fizemos uma última checagem de segurança e transmitimos as instruções finais. Deste momento em diante todos tinham uma tarefa a cumprir de igual responsabilidade. Todos os conhecimentos trabalhados em dois anos de aulas e treinos dos quais procuramos detalhar cuidadosamente, estariam agora unidos em um único esporte, o *Canyoning*.

Figura: 46 Equipe reunida momentos antes da aproximação para o Cânion

Nossa maior preocupação estava relacionada ao tempo de travessia. Permitimos que no trecho mais lento onde encontravam-se as maiores cachoeiras, 20 pessoas entrassem no cânion.

Além dos instrutores e monitores dentro do rio, também pudemos contar com uma equipe de apoio em terra que acompanhou nosso deslocamento pelas trilhas que margeavam o cânion, juntamente com os alunos que não puderam participar da primeira etapa. Esta equipe deveria nos encontrar em uma das áreas de escape após vencermos as três primeiras grandes quedas com dez, trinta e quarenta metros de altura respectivamente, com o objetivo de transportar parte da comida, materiais de primeiros socorros e os bastões guia para a segunda etapa.

Figura: 47 Ponto de saída da segunda cachoeira com grande volume de água

Ambas as equipes estavam em contato o tempo todo através de cinco rádios de comunicação de médio e longo alcance e mais um no acampamento com mais dois integrantes do grupo para um eventual caso de emergência.

Na segunda fase, os grupos se encontraram e seguiram caminhando rio abaixo com os bastões guia e vencendo os desafios como pequenas corredeiras, pontos de estreitamento do rio provocando um forte fluxo de água e alguns trechos mais profundos. O material que desenvolvemos chamado de bastão guia, mostrou-se muito eficiente nesta parte do trajeto agilizando nosso deslocamento. Nos relatórios dos alunos, todos manifestaram que este

equipamento proporcionou grande segurança durante a caminhada especialmente nos pontos com muitas pedras escorregadias.

Tomamos o cuidado para que a atividade não se transformasse apenas na conquista de um cânion pura e simplesmente. Pedimos aos monitores que passassem a maior quantidade de informações possíveis para os alunos a respeito de tudo o que os rodeava. Nosso objetivo maior era fazer com que percebessem toda a natureza em que estavam inseridos. Que pudessem detectar as características e desafios daquele “meio selvagem” que estavam explorando. Passar por um caminho cheio de pedras com água corrente e mata fechada pode ser encontrado em muitos lugares de aceso relativamente fácil. Mas compreender que estavam dentro de um cânion e identificar suas formas e as belezas que lá se escondem era talvez nosso maior desafio.

Figura: 48 Professores transmitindo informações sobre o Cânion

Nos depoimentos e nos relatórios, as comparações e relações com a maquete foram inevitáveis. De maneira geral, desde a textura da maquete até às curvas do rio foram percebidas em riqueza de detalhes pelos alunos. Tatear o material que confeccionamos e depois fazer o mesmo no cânion contribuiu para que construíssem uma imagem real do lugar por onde passaram. Desde as fases mais simples às mais difíceis sempre com o auxílio dos monitores que transmitiam segurança e informações precisas.

Figura: 49 Monitora acompanhando a transposição da terceira cachoeira.

No final da tarde, felizmente ainda com a luz do sol iluminando nosso caminho descemos a última cachoeira com 20 metros de altura que terminava em um grande lago profundo onde tivemos que nadar um pequeno trecho até atingirmos a margem do rio onde começa a trilha de retorno ao acampamento.

Após nove horas percorrendo os caminhos irregulares daquele cânion, nosso maior prêmio foi poder ver nos rostos de cada um, as expressões de cansaço e ao mesmo tempo de alegria traduzidas na sensação da missão cumprida. Para alguns talvez tenha sido uma grande aventura, para outros uma grande viagem, mas o importante é que todos realizaram um sonho que se construiu em cada passo, em cada acerto e em cada erro também. De volta à base, começaram as histórias e as “aventuras” de cada um que ainda são contadas até hoje em nossos encontros. O restante da noite e o dia seguinte deixamos livre para que pudessem descansar e aproveitar as belezas que a fazenda tinha a oferecer como uma grande pedreira desativada com um grande lago onde puderam nadar, mergulhar e descansar. No final da tarde retornamos a Campinas mais uma vez sem registro de qualquer tipo de problema.

Considerações Finais

No transcorrer dos quatro capítulos desta pesquisa, procuramos desenvolver de forma progressiva os temas relacionados ao esporte na natureza denominado *Canyoning* e a metodologia construída no ensino desta modalidade para pessoas com deficiência visual.

A Educação Física Adaptada, em especial para grupos com necessidades especiais visuais foi descrita no primeiro capítulo no qual demonstramos a importância de uma análise crítica dos critérios terminológicos, conceituais e das classificações existentes na organização das atividades para pessoas cegas ou com baixa visão. Alguns autores como Oliveira Filho (2003) e Munster *apud* Almeida (2002), destacam a necessidade de adequação das atividades motoras às pessoas com deficiência em especial as de baixa visão que costumam ser menos ou mal estimuladas.

A Motricidade Humana que é um termo criado por Cunha, (1991) nos leva a refletir sobre o verdadeiro papel da Educação Física em uma sociedade moderna. Não podemos mais imaginar o ser humano em partes separadas de um todo. Se assim fosse, as pessoas que têm algum tipo de deficiência e por se tratar da falta de algum membro ou ineficiência de algum órgão sensorial não deveriam fazer qualquer tipo de atividade física ou intelectual. Felizmente não somos como uma máquina repleta de engrenagens que quando uma delas falha, compromete definitivamente seu funcionamento. Esta era a idéia cartesiana na concepção de Descartes descrita no livro de Capra (1994) no qual o homem era visto de forma mecânica. Felizmente a Educação Física que conhecemos hoje não segue esta linha de pensamento. Não separamos mais corpo e mente, mas trabalhamos com a infinita complexidade e pluralidade dos seres humanos. Este trabalho não seria possível se fosse imaginado somente em partes. Foi necessário compreendermos o conjunto para que tudo funcionasse de maneira harmoniosa.

Utilizamos como base para o desenvolvimento das atividades e ou tarefas no ensino do canionismo para deficientes visuais, os critérios de lógica interna de Parlebás (1987), no qual o autor confere ao meio físico (ambiente), um elevado grau de importância na relação com o praticante ao tratar da diferenciação entre “meio selvagem” e “meio doméstico”. Desta maneira compartilhamos com a idéia do autor de que o educador poderá então utilizar cada exercício e cada atividade com total conhecimento de causa, considerando os objetivos traçados e a totalidade do projeto.

Discorrer a cerca de questões como deficiência, é tratar das diferenças, daqueles que fogem ao padrão estabelecido pela maior parcela da sociedade. De maneira geral notamos que os seres humanos demonstram certa incoerência quando apontam para temas como “igualdade”. Diferenciamos nossos semelhantes e não conseguimos definir com exatidão o que é ser “normal”.

É possível que pessoas com deficiência sejam capazes de realizar tarefas, que outras em uma mesma situação não consigam. Tivemos alguns exemplos disso neste trabalho, quando alguns alunos cegos não se importavam ou não eram ao menos atrapalhados pela questão da altura para fazer rapel nos abismos. Acreditamos que este fato se constitua em uma vantagem sobre os videntes, como no caso de monitores que ficavam aparentemente “surdos” e completamente atônitos quando eram submetidos às mesmas condições de altura. Estes acontecimentos em princípio, se apresentaram diante do grupo como um paradoxo. Sacks, (1995) destaca que este tipo reação pode ocorrer com pessoas deficientes: *“o paradoxo da doença está antes de tudo em seu potencial “criativo”, na forma como ela pode revelar formas de vida e adaptações nunca antes imaginadas, numa espécie de reação positiva à sua devastação.”*

Durante a exploração do cânion no município de Botucatu, nossa maior preocupação não estava por conta da transposição das grandes cachoeiras pelos alunos cegos, mas sim com os de baixa visão e alguns videntes.

Descrevemos ainda nos capítulos dois e três alguns sub-temas que podem auxiliar na compreensão pela busca crescente dos esportes na natureza ou de aventura e os fatos históricos do canionismo no Brasil e no mundo juntamente com as técnicas empregadas e os equipamentos utilizados respectivamente. Há diversas informações importantes sobre a sistematização para a prática do *Canyoning* nestes capítulos que procuramos seguir fielmente na metodologia deste trabalho.

No capítulo quatro demonstramos gradativamente todas as atividades, exercícios e a logística das viagens nas quais fundamentamos a metodologia com base em Lakatos (2001) classificada como documentação direta, na qual o levantamento de dados ocorre no próprio local onde os fenômenos ocorrem. Isto é chamado de Pesquisa de Campo do tipo Exploratória.

Durante todo o processo de construção das aulas, notamos que os educativos elaborados e a sistematização das técnicas do canionismo através das ferramentas pedagógicas da Educação

Física foram necessárias para a perfeita compreensão da proposta pelos participantes no decorrer do programa.

Acreditamos que é possível ampliar ainda mais o programa elaborado neste trabalho, se transportado para outros tipos de deficiência servindo ainda como base teórica para o ensino de diversas modalidades como outros tipos de esportes integrados à natureza.

Publicação

CARVALHO, Arthur Jose Squarisi de, ALMEIDA, J. J. G., OLIVEIRA FILHO, C. W., MATSUI, R.
A iniciação do atletismo para pessoas cegas e com baixa visão. Lecturas educacion fisica y deportes (Buenos Aires). , v.75, p.01 - 08, 2004.

Palavras-chave: Atletismo, Deficiência Visual, Educação Física, Desenvolvimento Motor, Cego, Baixa Visão

Áreas do conhecimento : Educação Física

Setores de atividade : Formação permanente e outras atividades de ensino, inclusive educação à distância e educação especial, Outros

Referências adicionais : Argentina/Português. Meio de divulgação: Meio digital, Home page: www.efdeportes.com

Conclusões

Acreditamos que a partir de propostas como o desenvolvimento desta pesquisa, o profissional de Educação Física terá mais um instrumento para atuar na área dos esportes na natureza bem como com pessoas com necessidades especiais.

As discussões levantadas a cerca das atividades na natureza, como público a que se destina, por exemplo, podem contribuir significativamente para a difusão destes esportes em especial o canionismo que é considerado uma prática ainda recente no Brasil. Foi justamente este fato que nos levou a uma reflexão sobre a possibilidade de pessoas com deficiência terem acesso a este universo de atividades ainda novo para eles. Entendemos que a compreensão e a adequação dos padrões de ensino de qualquer atividade é fundamental para o desempenho positivo da pessoa com deficiência.

Notamos que os exercícios desenvolvidos podem desempenhar um papel importante também no ensino do *Canyoning* para pessoas videntes. Apesar de não ter sido o objetivo principal deste trabalho, os resultados demonstraram que a metodologia empregada transformou-se em uma via de mão dupla, na qual descobrimos que poderíamos utilizar as mesmas atividades para solucionar dificuldades de aprendizagem com videntes. O recurso de vendar os olhos poderia ser utilizado para facilitar o processo de enfrentamento da altura durante o rapel. Em tempos onde tanto se fala em “inclusão”, notamos através deste trabalho que os conhecimentos adquiridos com pessoas cegas ou com baixa visão podem ser empregados também com sucesso em videntes. Acreditamos que o processo inclusivo seja possível através destas trocas sem evidenciar apenas a deficiência.

Concluímos que a Educação Física exerce papel fundamental no processo de ensino e aprendizagem de quaisquer atividades físicas e habilidades motoras, enquanto disciplina capaz de proporcionar estímulos para o desenvolvimento dos seres humanos, tanto física, psíquica e socialmente. Para tanto acreditamos na necessidade de mudar os paradigmas da Educação Física em uma sociedade moderna e em constante transformação.

Pudemos concluir também, que para haver mudanças significativas na introdução de pessoas com deficiência na prática de esportes na natureza, é preciso criar e desenvolver novos “padrões” de ensino baseados na pedagogia, no desenvolvimento motor, nas particularidades de

cada um e principalmente na mudança no modo de enxergar dos profissionais da Educação Física. No livro Ensaio Sobre a Cegueira, (SARAMAGO, 1995) deixa claro que uma mudança drástica na sociedade pode levar as pessoas a perceberem que existem outras formas possíveis de se viver baseadas em novos padrões aos quais nunca estivemos habituados, fazendo com que revisemos os conceitos de igualdade e normalidade. É necessário tratarmos as diferenças com igualdade, sem ignorar evidentemente as dificuldades de cada um respeitando as diferenças independentemente das aparências e limitações, sejam elas motoras, mentais ou comportamentais.

Referências

ALMEIDA, José Júlio Gavião de. **Estratégias para a aprendizagem esportiva:** uma abordagem pedagógica da atividade motora para cegos e deficientes visuais. Campinas, 1995. Tese (Doutorado) Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação Física, 1995.

ALMEIDA, José Júlio Gavião de. **Metodologia Aplicada ao deficiente visual. In curso de capacitação de professores multiplicadores em educação física adaptada**. Brasília: Ministério da Educação,2002

ANDREWS, Susan. **Stress a seu favor - como gerenciar sua vida em tempos de crise.** Brasil: Editora Agora, 2003

AYASSE, Hubert. **Canyon Apprendre Comprendre.** Collection SOLO. França, Ed. Glenat, 1991.

BACHELARD, G. **O novo espírito científico.** In Os Pensadores. São Paulo: Abril Cultural, 1984.

BAKER, Joel. **Aprenda a se comunicar com sinais**. Disponível em: http://www.vezdavoz/principal_frame.html. Acesso em 25 de outubro de 2004.

BARBANTI, Valdir J. **Dicionário de educação física e esporte.** Barueri, SP: Manole, 2003.

BECK, Sérgio. **Com unhas e dentes** – O mundo da escalada, São Paulo, [s.e.], 1995.

CAPRA, F. **O ponto de mutação**: a ciência, a sociedade e a cultura emergente. São Paulo: Cultrix, 1994.

CARDOSO, Athos Eichler. **O que é Aventura.** Coleção Primeiros Passos: Editora Brasiliense, 1987.

CUNHA, Manuel Sérgio Vieira. **Educação física ou ciência da motricidade humana?** Campinas: Papirus, 1991

CARVALHO, Artur José Squarisi. **Estratégias de ensino para aprendizagem do *Cascading* por pessoas deficientes visuais.** Monografia de Graduação. Campinas: Unicamp, 1999.

COSTA, V. L. M. **Esportes de aventura e risco na montanha:** um mergulho no imaginário. São Paulo: Manole, 2000.

FERREIRA, Aurélio B. H. **Dicionário da Língua Portuguesa.** Rio de Janeiro: Ed. Nova Fronteira, 1985.

FREIRE, João Batista. **Educação de corpo inteiro:** teoria e prática da Educação Física, São Paulo: Scipione, 1994.

KLINK, Amyr. **Paratii: entre dois pólos.** São Paulo: Companhia da Letras, 1992.

LAKATOS, Eva Maria. **Fundamentos de metodologia científica.** São Paulo: Atlas. 2003.

MANUAL TÉCNICO DE DESCENSO DE CAÑONES, Manuales Desnível. École Française de Descente de Canyon y Fédération Française de Speleologie, 1999. 1º edición em castellano: mayo, 2001.

MELO, C. P. **Pessoas deficientes:** algumas coisas que é preciso saber. São Paulo: Conselho Estadual para Assuntos da Pessoa Deficiente, 1986.

MERLEAU-PONTY, Maurice. **Fenomenologia da Percepção**. F Bastos: RJ. 1971.

MIRANDA, E.E de; COUTINHO, A.C (Coord). Brasil Visto do Espaço. Campinas: Embrapa Monitoramento por Satélite, 2004. Dispinível em: http://www.cdbrasil.cnpm.embrapa.br. Acesso em: 20 jan. 2005.

MUNSTER, Mey de Abreu Van. Apud ALMEIDA, José Júlio Gavião: Metodologia aplicada ao deficiente visual. In Curso de professores multiplicadores em educação física adaptada. Brasília: Ministério da educação, 2002.

OLIVEIRA FILHO, Ciro Winckler. **Atividade físico – esportiva para pessoas cegas e com baixa visão.** In Duarte, Edison e LIMA, Sônia Maria Toyoshima. **Atividades físicas para pessoas com necessidades especiais:** experiências e intervenções pedagógicas. Rio de Janeiro: Editora Guanabara,2003.

PARLEBÁS, Pierre. **Perspectivas para una Educación Física moderna.** Espanha: Unisport and Andalucia, 1987.

PETZL. **Catálogo de equipamentos.** França, 2000.

RODRIGUES, Leonel Antonio Ferreira Braz. **Praxiologia motora e efeitos educativos.** Efdeportes, Buenos Aires, ano 10 nº 79, p. 01-07, dezembro de 2004.

SACKS, Oliver W. **Um antropólogo em marte:** sete histórias paradoxais. Tradução Bernardo Carvalho. São Paulo: Companhia das Letras, 1995.

SARAMAGO, José. Ensaio sobre a Cegueira. Ed. Cia das Letras. São Paulo-1995.

SALAMERO, Enrique. **Manuel de descenso de barrancos.** 2º ed. Zaragoza: Prames, 2001.

SEABRA JÚNIOR, Manuel Osmar. **Proposta de avaliação motora para portadores de deficiência visual em coordenação, equilíbrio e orientação espacial**. Campinas, 1995 Dissertação (Mestrado)

UVINHA, Ricardo Ricci. **Juventude, lazer e esportes radicais.** São Paulo: Manole, 2001.

WINNICK, Joseph P. **Educação física e esportes adaptados.** Tradução de Fernando Augusto Lopez. Barueri, SP: Manole, 2004.

APÊNDICES

APÊNDICE A: Parecer do Comitê de Ética em Pesquisa - UNICAMP

FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS
COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA
Caixa Postal 6111, 13083-970 Campinas, SP
(0_19) 3788-8936
FAX (0_19) 3788-8925
www.fcm.unicamp.br/pesquisa/etica/index.html
cep@fcm.unicamp.br

CEP, 18/05/04.
(Grupo III)

PARECER PROJETO: N° 077/2004

I-IDENTIFICAÇÃO:

PROJETO: **"A FORMULAÇÃO DE RECURSOS HUMANOS EM EDUCAÇÃO FÍSICA ADAPTADA: UMA ABORDAGEM PEDAGÓGICA DO CANYONISMO PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA VISUAL"**
PESQUISADOR RESPONSÁVEL: Artur José Squarisi de Carvalho
INSTITUIÇÃO: FEF/UNICAMP
APRESENTAÇÃO AO CEP: 13/02/2004
APRESENTAR RELATÓRIO EM: 18/05/05

II - OBJETIVOS

Contribuir na formação profissional dos estudantes de Educação Física e na elaboração de novos conteúdos para cursos de Educação Física, através de atividades esportivas de "aventura" ou de integração com a natureza para pessoas com deficiência visual. Propor um modelo de aprendizagem nos padrões da deficiência visual.

III - SUMÁRIO

A população a ser estudada será formada por de 15 deficientes visuais (sendo oito cegos e sete com baixa visão), por professores de educação física e alunos de graduação e pós-graduação da FEF/UNICAMP, na área de Educação Física Adaptada e que já fazem parte do "Projeto de Atividade Motora Adaptada" como monitores das atividades. A faixa etária do grupo de deficientes varia de 15 a 45 anos de idade entre homens e mulheres. Já o grupo voluntário é composto por pessoas de faixa etária de 20 a 40 anos entre homens e mulheres. Todos os sujeitos envolvidos participarão de todas as etapas da pesquisa, com exceção da exploração do cânyon de Botucatu, onde será realizada uma seleção dos mais aptos da modalidade, tanto de alunos deficientes visuais como de monitores. Os dados coletados através de relatórios das aulas, entrevistas, filmagem das atividades de campo, etc. serão analisados e interpretados em caratês qualitativo e descritivo, de acordo com a metodologia adotada.

IV - COMENTÁRIOS DOS RELATORES

A descrição e caracterização da amostra estão adequadas. Os critérios de inclusão, as adequações da metodologia e das condições de realização estão claras. Os Termo de

Consentimento Livre e Esclarecido, após correções estão adequados. Foi apresentado, conforme solicitado pela plenária, um seguro para os participantes.

V - PARECER DO CEP

O Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Ciências Médicas da UNICAMP, após acatar os pareceres dos membros-relatores previamente designados para o presente caso e atendendo todos os dispositivos das Resoluções 196/96 e complementares, bem como ter aprovado o Termo do Consentimento Livre e Esclarecido, assim como todos os anexos incluídos na Pesquisa, resolve aprovar sem restrições o Protocolo de Pesquisa supracitado.

O conteúdo e as conclusões aqui apresentados são de responsabilidade exclusiva do CEP/FCM/UNICAMP e não representam a opinião da Universidade Estadual de Campinas nem a comprometem.

VI - INFORMAÇÕES COMPLEMENTARES

O sujeito da pesquisa tem a liberdade de recusar-se a participar ou de retirar seu consentimento em qualquer fase da pesquisa, sem penalização alguma e sem prejuízo ao seu cuidado (Res. CNS 196/96 – Item IV.1.f) e deve receber uma cópia do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, na íntegra, por ele assinado (Item IV.2.d).

Pesquisador deve desenvolver a pesquisa conforme delineada no protocolo aprovado e descontinuar o estudo somente após análise das razões da descontinuidade pelo CEP que o aprovou (Res. CNS Item III.1.z), exceto quando perceber risco ou dano não previsto ao sujeito participante ou quando constatar a superioridade do regime oferecido a um dos grupos de pesquisa (Item V.3.).

O CEP deve ser informado de todos os efeitos adversos ou fatos relevantes que alterem o curso normal do estudo (Res. CNS Item V.4.). É papel do pesquisador assegurar medidas imediatas adequadas frente a evento adverso grave ocorrido (mesmo que tenha sido em outro centro) e enviar notificação ao CEP e à Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA – junto com seu posicionamento.

Eventuais modificações ou emendas ao protocolo devem ser apresentadas ao CEP de forma clara e sucinta, identificando a parte do protocolo a ser modificada e suas justificativas. Em caso de projeto do Grupo I ou II apresentados anteriormente à ANVISA, o pesquisador ou patrocinador deve enviá-las também à mesma junto com o parecer aprovatório do CEP, para serem juntadas ao protocolo inicial (Res. 251/97, Item III.2.e)

Relatórios parciais e final devem ser apresentados ao CEP, de acordo com os prazos estabelecidos na Resolução CNS-MS 196/96.

VII - DATA DA REUNIÃO

Homologado na V Reunião Ordinária do CEP/FCM, em 18 de maio de 2004.

Profa. Dra. Carmen Silvia Bertuzzo
PRESIDENTE DO COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA
FCM / UNICAMP

APÊNDICE B: Termo de Consentimento Formal

Termo de Consentimento do Projeto de Pesquisa

Esportes na Natureza: Estratégias de Ensino do Canionismo para Pessoas com Deficiência Visual

(Alunos com Deficiência Visual)

Orientador: José Júlio Gavião de Almeida
Pesquisador: Artur José Squarisi de Carvalho

Local da Pesquisa: *Laboratório de Atividade Motora Adaptada (LAMA), Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas - UNICAMP*

Eu, _____, _____ anos de idade, portador do RG nº _____, residente à _____, na cidade _____, voluntário, concordo em participar do projeto acima mencionado que será detalhado a seguir.

É de meu total conhecimento que este projeto será desenvolvido em caráter de pesquisa científica e tem como objetivo desenvolver uma metodologia para o ensino-aprendizagem do *canyoning* para pessoas com deficiência visual.

Estou ciente de que antes do início das atividades específicas, serão aplicadas pelo pesquisador responsável e pelos monitores do Laboratório de Atividade Motora Adaptada da Faculdade de Educação Física da UNICAMP, avaliações como anamnese e avaliações físicas e serei submetido a avaliação médica (sem a utilização de drogas medicamentosas ou procedimentos evasivos) realizada por um médico, que atestará minhas condições para a

participação na atividade de canyoning (Estas avaliações médicas e seus respectivos dados clínicos já foram obtidos em conseqüência do desenvolvimento do trabalho de Doutorado da Profa. Mey de Abreu Van Munster (também com o tema de esportes de aventura) que encontra-se em fase de conclusão, já qualificado e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa - CEP. As avaliações médicas foram realizadas pela Faculdade de Ciências Médicas da Unicamp, através do Departamento de Oftalmologia sob a coordenação da Profa. Dra. Keila Carvalho Monteiro. Ressaltando que os alunos deficientes visuais em sua grande maioria já avaliados, são os mesmos que participam desta pesquisa. Os novos serão submetidos aos mesmos procedimentos através da parceria existente entre o departamento de Atividade Física Adaptada – DEAFA e o Departamento de Oftalmologia da Faculdade de Ciências Médicas da Unicamp – FCM. Os voluntários estudados participarão de um programa através de aulas que serão desenvolvidas durante um período de 12 semanas, propondo atividades físicas diversas como: jogos, atividades lúdicas, atividades que envolvam equilíbrio (ginástica olímpica), atividades aquáticas e terrestres, de escalada básica e técnicas do canionismo visando desenvolver as capacidades de cada indivíduo, suas percepções na relação com o ambiente e estimular o "vocabulário motor" e o potencial criativo. As aulas serão realizadas na Faculdade de Educação Física (FEF)/UNICAMP uma vez por semana com duração de 2 horas e três atividades externas que serão informadas com antecedência e com as devidas autorizações.

Estou ciente de que para a realização de todos os procedimentos acima mencionados, despenderei algumas horas semanais sabendo que para a realização desta pesquisa as despesas monetárias serão de responsabilidade da instituição.

Os benefícios que obterei como voluntário neste projeto de pesquisa, incluem experienciar e aprender atividades esportivas de aventura, bem como ter a possibilidade de viajar e conhecer locais até então inacessíveis à deficientes visuais sem custos financeiros. Acesso aos resultados da avaliação de minha condição física geral, bem como avaliação auditiva e visual. As atividades serão desenvolvidas em condições controladas por pessoas qualificadas e experientes no tema proposto, de forma que os riscos serão mínimos aos sujeitos desta pesquisa. Contudo, estou ciente que quando que se trabalha com atividades em altura como rapel, é preciso ressaltar que um acidente nestas condições pode ser fatal. Para os participantes da atividade (*canyoning*), os responsáveis pelo projeto providenciarão um seguro de vida específico pra atividades ecológicas.

Estou ciente ainda, de que as informações obtidas durante as avaliações serão mantidas em sigilo e não poderão ser consultadas por pessoas leigas sem minha devida autorização. Contudo, as informações assim obtidas poderão ser usadas para fins de pesquisa científica, desde que minha privacidade seja sempre resguardada.

Li e entendi as informações precedentes, sendo que eu e os responsáveis pelo projeto já discutimos todos os riscos e benefícios decorrentes deste, onde as dúvidas futuras que possam vir a ocorrer poderão ser prontamente esclarecidas bem como o acompanhamento dos resultados.

Comprometo-me, como voluntário(a) nesta pesquisa na medida das minhas possibilidades, a colaborar para um bom desempenho do trabalho científico dos responsáveis por este projeto e reconheço que posso abandoná-lo a qualquer momento caso seja de minha vontade sem prejuízos à minha pessoa.

Faculdade de Educação Física - UNICAMP
Campinas, _____ de _____ de 2004.

_____
Sr. Voluntário e/ou Responsável Legal

_____
Mestrando – Pesquisador Responsável
Artur José Squarisi de Carvalho

_____
Orientador
Prof. Dr. José Júlio Gavião de Almeida

O voluntário poderá ser encontrado no seguinte telefone
F: (__) _____

Os responsáveis pelo Projeto podem ser encontrados nos seguinte telefone
F: (19) 3788-6602

Em caso de dúvidas ou reclamações, entrar em contato com o Comitê de Ética em pesquisa da FCM-UNICAMP (19) 3788-8936

APÊNDICE C: Fichas Cadastrais – Alunos e Monitores

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

FICHA CADASTRAL
ALUNOS COM DEFICIÊNCIA VISUAL

DADOS PESSOAIS

Nome:
Data de Nascimento: Idade:
Local de Nascimento: RG:
Endereço:
Bairro: CEP:
Cidade: Estado:
Telefone: Res:
Com:
Cel:
Recados: Falar com:
Estado Civil: ( ) Solteiro ( ) Casado ( ) Divorciado
Mora com alguém? Quem?
Possui dependentes? Quantos?
Escolaridade:
Profissão: Local:
Outras atividades:
Pai:
Mãe:
Observações:

DEFICIÊNCIA VISUAL

Classificação: ( ) B1 ( ) B2 ( ) B3
Acuidade Visual: Olho direito:
Olho esquerdo:
Causa da deficiência:

Há outro caso na família?
Há quanto tempo possui?
Já investigou a possibilidade de melhoria da AV?
Utiliza aparelhos corretivos? Quais?

Freqüentou curso de Orientação e Mobilidade? ( ) Sim ( ) Não
Onde? Quando?

Avaliação Funcional:

- Percebe luz?
- Distingue formas/ vultos? A que distância?
- Identifica cor?
- Consegue ler impresso?
- Utiliza o Braille?
- Utiliza bengala p/ locomoção?

OUTRAS INFORMAÇÕES

Possui algum problema de saúde? Qual?

Possui algum tipo de alergia/contra-indicação? Especifique:

Utiliza algum tipo de medicamento? Qual? Com que freqüência?

Como ficou sabendo do Projeto de Atividade Motora Adaptada?

Desde quando você participa dele?

O que o levou a freqüentar as aulas?

Por quais atividades possui maior interesse?

Por quais atividades possui menor interesse?

Já praticou alguma atividade física? Qual? Onde? Quando?

Data da entrevista: Feita por:
Atualizada em: Por:
Atualizada em: Por:

***** Ficha elaborada pela Professora Dra. Mey de Abreu Van Munster. LAMA (Laboratório de Atividade Motora Adaptada)

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS

FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

FICHA CADASTRAL - MONITORES

DADOS PESSOAIS

Nome: RA:
Data de Nascimento: Idade:
Local de Nascimento: RG:
Curso:
Instituição:
Ano de ingresso: Período: ( ) diurno ( ) noturno
Endereço:
Bairro: CEP:
Cidade: Estado:
Telefone: Res: E-mail:
Com:
Cel:
Recados: Falar com:

OUTRAS INFORMAÇÕES

Possui algum problema de saúde? Qual?

Possui algum tipo de alergia/contra-indicação? Especifique:

Utiliza algum tipo de medicamento? Qual? Com que freqüência?

Desde quando você participa do Projeto de Atividade Motora Adaptada?

O que o levou a participar dele?

Data: Assinatura:

** Ficha elaborada pela Professora Dra. Mey de Abreu Van Munster. LAMA (Laboratório de Atividade Motora Adaptada).

APÊNDICE D: Ficha para Relatório de Aulas

Faculdade de Educação Física
GEAMA – Grupo de Estudo de Atividade Motora Adaptada

Relatório de aula prática – atividade de extensão DV

Data: ____ / ____ / ____

Elaborado por: _____

Monitores presentes: _____

_____

_____

Alunos presentes: _____

_____

_____

Relatório das atividades desenvolvidas:

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

APÊNDICE E: Ofícios

Faculdade de Educação Física – FEF
Av. Érico Veríssimo, 701 CP 6134
CEP: 13083-851 Campinas-SP
Fone: (19) 3788-6604

Prezado Senhor
Prof. Dr. Carlos Roberto Fernandes

Dirijo-me a vossa senhoria para verificar a possibilidade de utilização do Ginásio Multidisciplinar, das 18:00h às 20:00h, do dia 05/05/2003 com a finalidade de desenvolver uma atividade de pesquisa com o grupo de pessoas Deficientes Visuais que freqüentam aulas de extensão na FEF. Tal atividade, o "rapel", faz parte da pesquisa do Mestrando Prof. Artur José Squarisi de Carvalho sob orientação do Prof. Dr. José Júlio Gavião de Almeida da Faculdade de Educação Física da UNICAMP.

Desde já agradeço pela atenção.

Campinas, 05 de junho de 2003.

_____
Prof. Dr. José Júlio Gavião de Almeida

Faculdade de Educação Física – FEF
Av. Érico Veríssimo, 701 CP 6134
CEP: 13083-851 Campinas-SP
Fone: (19) 3788-6604

Prezada Senhora
Denise Tukaça

Dirijo-me à vossa senhoria para verificar a possibilidade de utilização do Ginásio Multidisciplinar, das 18:00h às 20:00h do dia 12 de junho de 2003 (quinta-feira), com a finalidade de desenvolver uma atividade de pesquisa com um grupo de pessoas Deficientes Visuais, que freqüentam aulas de extensão na Faculdade de Educação Física. Tal atividade, o "rapel" faz parte da pesquisa de Mestrado do Professor Artur José Squarisi de Carvalho, sob a orientação do Prof. Dr. José Júlio Gavião de Almeida da Faculdade de Educação Física da UNCAMP.

Desde já agradeço pela atenção.

Campinas, 10 de junho de 2003

_____

Prof. Dr. José Júlio Gavião de Almeida
Diretor Associado da FEF - UNICAMP

Faculdade de Educação Física – FEF
Av. Érico Veríssimo, 701 CP 6134
CEP: 13083-851 Campinas-SP
Fone: (19) 3788-6604

Prezado (a) Senhor (a)

Dirijo-me a vossa senhoria para verificar a possibilidade de contar com o apoio desta empresa, junto ao desenvolvimento da pesquisa com o Grupo de Atividade Motora Adaptada em Deficiência Visual (GEAMA-DV), que é composto por alunos deficientes visuais e alunos de Graduação e Pós-Graduação da Faculdade de Educação Física da Unicamp e do Centro de Integração dos Deficientes de Paulínia - CINDEP que freqüentam as aulas do projeto de extensão. Tal pesquisa, "O Desenvolvimento Metodológico para. o Ensino Aprendizagem de Esportes de Aventura para Pessoas Portadoras de Deficiência Visual" neste caso a prática do canyoning (exploração de canyons e suas cachoeiras através ,do rapeI) faz parte da pesquisa de Mestrado do Professor Artur José Squarisi de Carvalho, sob a orientação do Professor Df. José Júlio Gavião de Almeida da Faculdade de Educação Física da Unicamp e necessita de doação em forma de alimentos para café da manhã e lanches de trilha (produtos e quantidades em anexo). A atividade será finalizada na cidade de Botucatu, na Fazenda Nossa Senhora da Saúde - Pavuna nos dias 30 de abril, 01 e 02 de maio com uma equipe de aproximadamente 50 pessoas. Estamos confeccionando camisetas com a logomarca de todas as empresas que contribuírem com este projeto, de modo a proporcionar mídia indireta tanto escrita (jornal) quanto televisa (Rede Globo) que já foram contatados.

Desde já agradecemos pela atenção.

Campinas, 16 de abril de 2004.

Prof. Dr. José Júlio Gavião de Almeida Diretor Associado da FEF – UNICAMP	Mestrando – Pesquisador Responsável Artur José Squarisi de Carvalho

Campinas-SP

Faculdade de Educação Física – FEF
Av. Érico Veríssimo, 701 CP 6134
CEP: 13083-851 Campinas-SP
Fone: (19) 3788-6604

Prezado Senhor
Prof. Dr. Carlos Roberto Fernandes

Dirijo-me a vossa senhoria para verificar a possibilidade de utilização do Ginásio Multidisciplinar, das 18:30h às 20:30h do dia 22 de abril de 2004, com a finalidade de desenvolver uma atividade de pesquisa com o Grupo de Atividade Motora Adaptada em Deficiência Visual (GEAMA-DV), que é composto por alunos deficientes visuais e alunos de Graduação e Pós-Graduação da Faculdade de Educação Física da Unicamp que freqüentam as aulas do projeto de extensão. Tal atividade, neste caso a prática do rapel como exercício preparatório para o Canyoning, faz parte da pesquisa de Mestrado do Professor Artur José Squarisi de Carvalho, sob a orientação do Professor Dr. José Júlio Gavião de Almeida da Faculdade de Educação Física.

Desde já agradecemos pela atenção.

Campinas, 15 de Abril de 2004.

Prof. Artur J.S. Carvalho Mestrando	Prof. Dr. José Júlio Gavião de Almeida Diretor Associado da FEF - Unicamp

Campinas-SP

APÊNDICE F: Autorizações

AUTORIZAÇÃO – Viagem para fazenda São João

Srs. Alunos e/ou responsáveis

O Projeto de Atividade Motora Adaptada, desenvolvido na Faculdade de Educação Física da UNICAMP sob a coordenação do Prof. Dr. José Júlio Gavião de Almeida, estará realizando uma viagem para a Fazenda São João, situada no município de Campina do Monte Alegre interior de São Paulo, no período de 09 a 11 de agosto de 2002.

Tal viagem tem como objetivo reforçar alguns conteúdos desenvolvidos no programa de extensão e pesquisa (mestrado FEF-UNICAMP), favorecendo a integração de seus participantes (comunidade e alunos da FEF – UNICAMP) e proporcionar momentos de lazer aos mesmos.

Gostaríamos de poder contar com sua participação nesta viagem. Para tanto é necessário que tenhamos seu consentimento. Solicitamos a gentileza de preencher o termo de responsabilidade de participação, fornecendo-nos qualquer informação ou indicando cuidados especiais que considere necessário no verso desta autorização.

Prof. Artur Fones: (19) 9112-5086 casa (19) 3273-5281

Desde já agradecemos a compreensão e colocamo-nos à disposição par maiores esclarecimentos.

Atenciosamente,

Prof. Artur José Squarisi de Carvalho

.....

AUTORIZAÇÃO

Eu, _____ portador(a) do RG _____

Assumo a responsabilidade de minha participação na viagem para Fazenda São João, situada no município de Campina do Monte de Alegre, interior de São Paulo, nos dias 09, 10 e 11 de agosto de 2002. Autorizo ainda a utilização do direito de imagem tanto para fotografia quanto para vídeo.

_____

Ass. do aluno (maior de 18 anos) ou responsável legal

Campinas - 2002

AUTORIZAÇÃO – Viagem para Picinguaba

Srs. Alunos e/ou responsáveis

O Projeto de Atividade Motora Adaptada, desenvolvido na Faculdade de Educação Física da UNICAMP sob a coordenação do Prof. Dr. José Júlio Gavião de Almeida, estará realizando uma viagem ao Núcleo Ambiental Picinguaba (Praia da Fazenda), situado no município de Ubatuba – Litoral Norte de São Paulo, no período de 12 a 15 de dezembro de 2002.

Tal viagem tem como objetivo reforçar alguns conteúdos desenvolvidos no programa de extensão e pesquisa (mestrado FEF-UNICAMP), favorecendo a integração de seus participantes (comunidade e alunos da FEF – UNICAMP) e proporcionar momentos de lazer aos mesmos.

Gostaríamos de poder contar com sua participação nesta atividade (viagem). Para tanto é necessário que tenhamos seu consentimento. Solicitamos a gentileza de preencher o termo de responsabilidade de participação, fornecendo-nos qualquer informação ou indicando cuidados especiais que considere necessário no verso desta autorização.

Prof. Artur Fones: (19) 9112-5086 casa (19) 3273-5281

Desde já agradecemos a compreensão e colocamo-nos à disposição par maiores esclarecimentos.

Atenciosamente,

Prof. Artur José Squarisi de Carvalho

.....

AUTORIZAÇÃO

Eu, _____ portador(a) do RG _____

Assumo a responsabilidade de minha participação na viagem ao Núcleo Ambiental Picinguaba (Praia da Fazenda), situado no município de Ubatuba – Litoral Norte de São Paulo, nos dias 12, 13, 14 e 15 de dezembro de 2002. Autorizo ainda a utilização do direito de imagem tanto para fotografia quanto para vídeo.

_____

Ass. do aluno (maior de 18 anos) ou responsável legal

Campinas – 2002

AUTORIZAÇÃO

Atividade Externa

Rapel na Ponte da FEPASA

Srs. Alunos e/ou responsáveis

O Projeto de Atividade Motora Adaptada, desenvolvido na Faculdade de Educação Física da UNICAMP sob a coordenação do Prof. Dr. José Júlio Gavião de Almeida, estará realizando uma atividade externa denominada de "rapel em ponte", situado no município de Campinas – Ponte da FEPASA próximo à Rodovia dos Bandeirantes, no dia 15 de junho de 2003, das 8:00h às 17:00h

Tal atividade tem como objetivo reforçar alguns conteúdos desenvolvidos no programa de extensão e pesquisa (mestrado FEF-UNICAMP) e proporcionar momentos de lazer aos mesmo.

Gostaríamos de poder contar com sua participação nesta atividade (rapel em ponte). Para tanto é necessário que tenhamos seu consentimento. Solicitamos a gentileza de preencher o termo de responsabilidade de participação, fornecendo-nos qualquer informação ou indicando cuidados especiais que considere necessário, no verso desta autorização.

Prof. Artur Fones: (19) 9112-5086 casa (19) 3273-5281

Desde já agradecemos a compreensão e colocamo-nos à disposição par maiores esclarecimentos.

Atenciosamente,

Prof. Artur José Squarisi de Carvalho

.....

AUTORIZAÇÃO

Eu, _____ portador(a) do RG _____

Assumo a responsabilidade de minha participação na atividade de rapel na ponte da FEPASA, situada no município de Campinas – Ponte da FEPASA próximo à Rodovia dos Bandeirantes, n dia 15 de junho de 2003, das 8:00h às 17:00h. Autorizo ainda a utilização do direito de imagem tanto para fotografia quanto para vídeo.

_____

Ass. do aluno (maior de 18 anos) ou responsável legal

Campinas - 2003

AUTORIZAÇÃO – Viagem para Botucatu

Srs. Alunos e/ou responsáveis

O Projeto de Atividade Motora Adaptada, desenvolvido na Faculdade de Educação Física da UNICAMP sob a orientação do pesquisador responsável Prof. Artur José Squarisi de Carvalho (mestrando) e a coordenação do Prof. Dr. José Júlio Gavião de Almeida, estará realizando uma viagem à Fazenda Nossa Senhora da Saúde – PAVUNA, situada no município de Botucatu – interior de São Paulo, que compreende os dias de 30 de abril, 01 e 02 de maio de 2004.

Tal viagem tem como objetivo reforçar alguns conteúdos desenvolvidos no programa de extensão e pesquisa (mestrado FEF-UNICAMP), favorecendo a integração de seus participantes (comunidade e alunos da FEF – UNICAMP) e proporcionar momentos de lazer aos mesmos.

Gostaríamos de poder contar com sua participação nesta atividade (viagem). Para tanto é necessário que tenhamos seu consentimento. Solicitamos a gentileza de preencher o termo de responsabilidade de participação, fornecendo-nos qualquer informação ou indicando cuidados especiais que considere necessário no verso desta autorização.

Prof. Artur - celular (19) 9112-5086 / casa (19) 3273-5281

Prof. Júlio Gavião (19) 9603-3576

Desde já agradecemos a compreensão e colocamo-nos à disposição par maiores esclarecimentos.

Atenciosamente,

Prof. Artur José Squarisi de Carvalho

.....

AUTORIZAÇÃO

Eu, _____ portador(a) do RG _____

Assumo a responsabilidade de minha participação na à Fazenda Nossa Senhora da Saúde – PAVUNA, situada no município de Botucatu – interior de São Paulo, que compreende os dias de 30 de abril, 01 e 02 de maio de 2004. Autorizo ainda a utilização do direito de imagem tanto para fotografia quanto para vídeo.

_____

Ass. do aluno (maior de 18 anos) ou responsável legal

Campinas - 2004

APÊNDICE G: Relatórios das Aulas e Viagens

Faculdade de Educação Física
GEAMA – Grupo de Estudo de Atividade Motora Adaptada

Prezado Senhor
Prof. Dr. Archimedes Perez Filho

Dirijo-me a vossa senhoria para verificar a possibilidade de empréstimo e utilização de um aparelho GPS (Sistema de Posicionamento Global) do Instituto de Geociências da Unicamp, nos dias 20, 21 e 22 de abril, com a finalidade de realizar um levantamento sobre a localização da Fazenda Nossa Senhora da Saúde (PAVUNA) em Botucatu –SP. Os dados coletados contribuirão na localização das cartas topográficas da região e na elaboração de croquis do cânion existente na mesma propriedade.

Desenvolvemos atividade de pesquisa com o Grupo de Atividade Motora Adaptada em Deficiência Visual (GEAMA-DV), que é composto por alunos deficientes visuais e alunos de Graduação e Pós-Graduação da **Faculdade de Educação Física da Unicamp** que freqüentam as aulas do projeto de extensão. Tal atividade, neste caso a prática do canyoning (exploração de canyons) faz parte da pesquisa de Mestrado do Professor Artur José Squarisi de Carvalho, sob a orientação do Professor Dr. José Júlio Gavião de Almeida da Faculdade de Educação Física.

Atenciosamente.

Campinas, 16 de abril de 2004.

Faculdade de Educação Física
GEAMA – Grupo de Estudo de Atividade Motora Adaptada

Relatório de aula prática – atividade de extensão DV

Data: 18 / 09 /2002

Elaborado por: Marília Coelho

Monitores presentes: Henrique, Janaína, Bia, Carolzinha, Larissa, Dani, Carol, Luciana, Veio, Regina M., Andréia, Deva, Gabi, Cíntia,e Adriana**.**

Alunos presentes: sujeito 15, sujeito 2, sujeito 20, sujeito 10, sujeito 4, sujeito 17, Sujeito 9, sujeito 18, sujeito 19, sujeito 8 e sujeito 23

Relatório das atividades desenvolvidas:

Todos foram reunidos em uma das quadras da FEF. Rapidamente o Gavião conduziu um aquecimento. As pessoas foram separadas em cinco grupos, formando cinco colunas (com as pessoas enfileiradas). Foi distribuída uma bola para cada grupo. O Gavião passou as atividades: passar a bola por baixo da perna e voltar por cima e saltitar com a bola no meio das pernas. A equipe que sentasse primeiro seria a campeã.

Outra atividade foi: uma pessoa de cada equipe ficava do outro lado da quadra pegava a bola e corria para sua coluna e trocava com outra pessoa. Como todos batiam palmas para chamar a atenção dos Dvs, eles se confundiam e iam para outra direção e não à de sua coluna.

No mesmo esquema de colunas, o Gavião passou uma outra atividade interessante. Cada equipe se dividiu, ficando metade de um lado da quadra, e a outra metade do outro lado. Eles tinham que correr ao encontro do resto da sua equipe. Então, as equipes tinham que dar sinais para que os Dvs se orientassem e chegassem ao devido lugar, mas durante a corrida uma pessoa da equipe dava outro sinal sonoro e a pessoa que estava correndo mudava o movimento executado.

Interessante perceber como os cegos costumam correr com o centro de gravidade mais embaixo e muitos já possuem uma boa coordenação auditiva e com ela

Captam o espaço através dos sons emitidos parando a corrida sem bater na pessoa que estava chamando.

O Gavião passou esse mesmo exercício para os videntes vendados e eles não possuíam essa noção espacial apenas pelos sons então, ou eles paravam muito antes ou muito depois da pessoa que o chamava.

A próxima atividade foi correr individualmente na diagonal da quadra (de um ponto para outro). O Gavião e a Bia ficavam de “segurança” e chamando as pessoas. Elas tinham que correr o máximo que podiam. Todos foram muito bem. Cada um com suas particularidades.

Depois o Gavião deu um bambolê para cada um. Todos bambolearam bastante.

Interessante perceber que, por exemplo, o sujeito 23 tem uma boa coordenação auditiva, mas por ter monos idade (não necessariamente por isso) possui uma menor coordenação motora. Mas possui uma facilidade para aprender as coisas. O Gavião disse que é por isso que nessa fase é muito importante ensinar o máximo de coisas possíveis.

No fim, foi feito um círculo para fechar o trabalho feito.

Faculdade de Educação Física
GEAMA – Grupo de Estudo de Atividade Motora Adaptada

Relatório de aula prática – atividade de extensão DV

Data: 20 / 03 /2003

Elaborado por: Cíntia e Gavião

Monitores presentes: Henrique, Carolzinha, Larissa, Dani, Zambeli.
Carol, Veio e Regina.

Alunos presentes: sujeito 15, sujeito 2, sujeito 20, sujeito 10, sujeito 4, sujeito 17, Sujeito 23, sujeito 8, sujeito 3 e sujeito 21.

Relatório das atividades desenvolvidas:

Fizemos um alongamento dos membros superiores e inferiores. Começou pela Carolzinha, Henrique e finalizou com a sujeito 10.

Fizeram um círculo. Aí elegeram uma pessoa que seria o pegador que ficar por fora, e o pega que corria para o círculo.

Variedades: cooperação/ competição; orientação espacial; deslocamento e diferenciação linear e aumento do número de pegadores.

Como o material para o "Canyoning" essencial é a cadeirinha, será realizada vária atividade utilizando-a.

Entregaram a cadeirinha e não falaram o que era, eles teriam que explorar o material e descobrir utilidades para esse material.

Informaram sobre a utilidade da cadeirinha e ensinaram a colocá-la com o auxílio dos instrutores. Informações sobre como fechá-la na cintura (Artur); divisão do grande grupo em três

menores (quatro alunos Dv em cada) tendo um modelo em cada grupo, os parceiros deste deverão:

1º Aquecê-lo

2º Em colunas, deslocar o 1º elemento de cada coluna, mais à frente da mesma, para pegar a 1ª cadeirinha que lá estará com um instrutor. Referencial através de informação auditiva sinalética. Retornar com a cadeirinha em mãos para que os parceiros o vistam. Repetir a atividade mais duas vezes, uma vez que existirão três cadeirinhas para cada grupo e que serão vestidas no mesmo modelo, uma de cada vez.

Observações: A composição da cadeirinha é complexa, em função da várias e diferentes fitas que a compõe.

O entendimento do fechar a cadeirinha na cintura, apesar de certa especificidade técnica, foi absorvido rapidamente pelos alunos.

Competição entre grupos que de deverão transportar um bastão com um elemento do grupo presa neste por uma cadeirinha, onde ficará suspenso.

Chegou uma nova aluna: sujeito 5: houve tempo para que ela aprendesse a vestir a cadeirinha.

Comentário no final da aula sobre compromissos como horários.

Faculdade de Educação Física
GEAMA – Grupo de Estudo de Atividade Motora Adaptada

Relatório de aula prática – atividade de extensão DV

Data: 12 / 06 /2003

Elaborado por: Luciano

Monitores presentes: Malu, Janaína, Ciro, Zambelli, Márcio, Gabi, Veio e Regina.

Alunos presentes: sujeito 15, sujeito 2, sujeito 20, sujeito 10, sujeito 4, sujeito 17, Sujeito 3, sujeito 1, sujeito 14, sujeito 9, sujeito 7, Edinho, sujeito 23, sujeito 8, Sujeito 12 e sujeito 5.

Relatório das atividades desenvolvidas:

Aula realizada no Ginásio multidisciplinar da Unicamp visando um treinamento para a atividade de rapel á ser realizado no domingo.

Primeira parte da aula - aquecimento: exercícios de subida e descida das arquibancadas do Ginásio.

Iniciou-se pedindo para que os participantes subissem pelos degraus pequenos de arquibancada e depois descessem pelos degraus grandes. Depois se pediu para que subissem pelos degraus grandes e descessem pelos pequenos.

A atividade foi realizada com bom humor por parte de todos.

Após o aquecimento começaram-se as descidas pela parede das arquibancadas do Ginásio.

Observação: a aluna sujeito 1 que normalmente tem muito medo conseguiu descer muito bem pela parede e ficou muito feliz por isso.

A aluna sujeito 3 estava com muito medo de descer e foi a que mais demorou á tomar coragem, porém quando conseguiu se emocionou bastante chegando a chorar e foi cumprimentada por todos. Ela demonstrou uma felicidade muito grande por ter conseguido.

O aluno sujeito 23 era o mais empolgado querendo descer várias vezes. A sujeito 3 e a sujeito 1 fizeram a descida dupla.

Foi realizada também a atividade de descida pela tirolesa e alguns alunos participaram.

A aluna sujeito 3 ficou um pouco nervosa e precisou se sentar um pouco depois de descer pela corda que estava presa na escada da arquibancada, área onde havia um trecho de descida apenas com a corda, sem parede para o apoio.

Faculdade de Educação Física
GEAMA – Grupo de Estudo de Atividade Motora Adaptada

Relatório de aula prática – atividade de extensão DV

Data: 24 / 04 /2003

Elaborado por: Regina e Gabi

Monitores presentes: Janaína, Ciro, Zambelli, Márcio, Gabi, Larissa, Dani, Cíntia, Henrique Marília, Vanessa, Gilson e Batavo.

Alunos presentes: sujeito 15, sujeito 2, sujeito 24, sujeito 10, sujeito 4, sujeito 17, Sujeito 3, sujeito 23, sujeito 8, sujeito 1, sujeito 14, sujeito 9, sujeito 7, sujeito 11, Sujeito 16 e sujeito 5.

Relatório das atividades desenvolvidas:

Retomada do planejamento das atividades enfatizando os objetivos e finalidades do projeto o professor Gavião falou também da importância do grupo, e sobre a responsabilidade dos alunos em participar das atividades.

Atividades: corrida e treinamento de força. No início da aula, depois das demais atividades programadas para a pesquisa para atividade de preparação para o Canyoning.

Preocupação de repetir determinados conteúdos, para cuidar da segurança, devido à chegada de novos alunos que não tiveram contato com o "Cascading" e equipamentos utilizados na atividade.

Sujeito 15: troca com o projeto da Unicamp, onde os mais beneficiados são os Dvs e tentar contribuir para fazer o melhor possível, despertando nos alunos à vontade de ter um repertório motor. Praticar atividades esportivas "Goalball" (bola da vez); o projeto pode gerar críticas, mas, se você participa tem que se sentir bem e tem o direito de expressar a sua opinião e ter o compromisso de participar se for prazeroso.

Pergunta se a expectativa de alguns está no fato de que todos que estão participando das atividades, se todos vão descer a cachoeira, assumindo um compromisso.

Segundo Gavião, a quantidade de monitores tem um grau de importância, formar recursos humanos para a Educação Física Adaptada. Dar oportunidade para que todos participem, cada um a seu tempo, não significando que todos vão descer a cachoeira, para não correr riscos desnecessários e preocupação com oi que os alunos estão esperando, as expectativas, do grupo com relação ao projeto.

O objetivo do trabalho é a participação dos alunos e a condição de avaliar quem poderia ou não participar do “Canyoning”. Quem está entrando agora pode descer uma cachoeira, não significando que vai obrigar alguém a descer.

Sujeito 17 falou sobre os dvs não sentirem medo “frio na barriga” porque não vê a altura e o Artur completou dizendo que o medo é um mecanismo de defesa do ser humano e que todos sentem.

O Gavião puxou um alongamento. Depois pediu para os Dvs elaborarem exercícios e explicá-los a todos de (acordo com o que ele pedia ou alongamento).

Dividiu-se o grupo em duas equipes e foi jogado um cabo de guerra, foi distribuídos às cadeirinhas e os mosquetões para que os alunos se preparassem. Os alunos novos receberam a explicação para conhecer o equipamento.

O Artur explicou a atividade que tem quatro estações iguais. Explicou a utilidade do freio oito, a posição das mãos para a frenagem e os perigos de prendê-la no equipamento caso esteja mal posicionada.

Sujeito 17 perguntou onde a corda é presa quando está na cachoeira e o Artur explicou que é no ponto de ancoragem, que têm mais de um ponto e que não representa risco de estourar. Falou também da capacidade de carga do equipamento.

Dividiram o grupo em quatro equipes e foram para as estações. O Artur falou também sobre a pessoa que faz segurança na ponta abaixo da corda. Os Dvs demonstraram bastante curiosidade sobre a segurança no momento da descida na cachoeira. (preocupação com a segurança).

Os Dvs foram vivenciando o exercício e os monitores: (Artur, Japa, Dani, Larissa e Gavião) iam dando as seguintes explicações: manter as pernas abertas, posicionar corretamente as mãos: destro, canhoto.

Sujeito 10 monitorou sujeito 1, auxiliando ela durante todo o exercício. Sujeito 10 fez segurança na ponta da corda para sujeito 1.

Sujeito 7 estava ajudando sujeito 4 na segurança e para travar a corda mantendo o oito no mosquetão. Cada aluno passou de duas a três vezes pela corda.

O Artur chamou todos os alunos para fazer uma roda e explicou qual era a posição do corpo no momento da descida, fazendo eles vivenciarem a posição sentados no chão com as pernas semi flexionadas e imaginar que no pés há uma
parede. Sujeito 15 perguntou se quando não tem parede, quando a descida é livre a posição do corpo era a mesma. O Artur respondeu dizendo que sim.

Para finalizar o Artur elogiou a iniciativa de alguns alunos que ensinaram os novos alunos a fazer o exercício.

Faculdade de Educação Física
GEAMA – Grupo de Estudo de Atividade Motora Adaptada

Relatório de aula prática – atividade de extensão DV

Data: 15 / 05 /2003

Elaborado por: Regina

Monitores presentes: Janaína, Zambelli, Márcio, Larissa, Dani, Henrique, Vanessa, Gilson e Malu.

Alunos presentes: sujeito 2, sujeito 6, sujeito 10, sujeito 4, sujeito 23, sujeito 3, Sujeito 7, sujeito 9, sujeito 11, e sujeito 5.

Relatório das atividades desenvolvidas:

Primeira parte da aula foi feito aquecimento no campo, depois divisão em dois grupos: um para caminhada e outro para corrida.

Na quadra externa: círculo e atividade de abrir o nó. Após terem dado as mãos sem seqüência abrir em círculos.

Depois da colocação da cadeirinha, todos colocaram alguns sozinhos outros com a ajuda dos monitores.

Divisão de em dois grupos, duas cordas amarradas no poste, um aluno em cada corda, andando de costas, deslocamento com a cadeirinha com um monitor fazendo a segurança no final da corda (frear / travar de repente durante o deslocamento do aluno).

Depois o mesmo exercício, só que desta vez de frente com o monitor fazendo a segurança, tencionando e travando a corda (frear).

Rapel em uma árvore: os alunos vão ter que subir em uma cadeira alta e ser clipado à corda presa na árvore na árvore e com o auxílio de uma segunda corda com roldana mais acima.

Sujeito 1 teve um pouco de medo ao ser presa á corda ainda com os pés na cadeira. Quando desceu acabou jogando o peso do corpo para trás e ficou de cabeça para baixo dificultando a liberação da corda.

Sujeito 2 foi tranqüilo na descida; Sujeito 3 teve um pouco de medo, mas desceu bem; Sujeito 4 também foi bem; Sujeito 5 desceu com as pernas muito esticadas, mas foi tudo bem, embora ter colocado o mosquetão de forma incorreta; Sujeito 6 não teve problemas; Sujeito 7 também desceu corretamente; sujeito 8 desceu tranqüilamente; sujeito 9 desceu corretamente.

Para finalizar Dani conversou com o grupo e programando as próximas atividades no Pico das Cabras e ponte da Rodovia dos Bandeirante.

Faculdade de Educação Física
GEAMA – Grupo de Estudo de Atividade Motora Adaptada

Relatório de aula prática – atividade de extensão DV

Data: 13 / 03 /2003

Elaborado por: Marília Coelho

Monitores presentes: Janaína, Zambelli, Márcio, Larissa, Dani, Cíntia, Andréa, Luciana, Artur, Gavião e Gabi.

Alunos presentes: sujeito 2, sujeito 24, sujeito 10, sujeito 4, sujeito 23, sujeito 3, Sujeito 7, sujeito 9, sujeito 8, sujeito 21, sujeito 1, sujeito 13, sujeito 15, sujeito 11, Sujeito 22 e sujeito 5.

Relatório das atividades desenvolvidas:

Apresentação do Zambelli: explicações do Artur sobre o trabalho no ano. Gavião falou do objetivo do trabalho.

Gavião puxou o aquecimento. Fez uma coisa interessante. Os Dvs estavam de frente para ele e ele pedia para que os Dvs mudassem sua frente. Então o Gavião mudou de lugar e começou a dar os comandos. Estavam atrás deles. Alguns perceberam a mudança do Gavião, outros não identificarão imediatamente. Passou um exercício interessante de equilíbrio com pontos de apoio bastante esquisito; exigindo outras tonicidades musculares.

Artur levou o grupo para correr e caminhar na pista de atletismo. Sujeito 8 e sujeito 4 foram na frente, sozinhos. Sujeito 9 e sujeito 22 iam um pouco à frente do Gavião. Sujeito 2 foi ao lado da Dani. Sujeito 15 e sujeito 23 foram ao lado do Artur. Os outros estavam sendo guiados.

As pessoas que foram caminhando não paravam de falar nenhum minuto. Alguns gostavam de ouvir suas histórias e outros gostavam de contar as suas (talvez os mais velhos). A cada momento que passavam por mim estavam falando de um assunto diferente.

O sujeito 4 correu o tempo todo e sempre que passava por mim gritava meu nome.

Depois de correr sete voltas correndo..., Sujeito 15, sujeito 23 e sujeito 22 pararam e fizeram um alongamento. Sujeito 9, na oitava volta saiu correndo bem à frente do Gavião.Depois continuou com o Zambelli. As pessoas foram chegando aos poucos.

Terminou com o Grito de Guerra!!!

Faculdade de Educação Física
GEAMA – Grupo de Estudo de Atividade Motora Adaptada

Relatório de aula prática – atividade de extensão DV

Data: 27 / 03 /2003

Elaborado por: Janaína

Monitores presentes: Zambelli, Breda, Larissa, Dani, Cíntia, Andréa, Luciana, Luiza e Gabi.

Alunos presentes: sujeito 2, sujeito 24, sujeito 10, sujeito 4, sujeito 23, sujeito 3, Sujeito 7, sujeito 9, sujeito 8, sujeito 21, sujeito 1, sujeito 13, sujeito 15, sujeito 6, Sujeito 17 e sujeito 5.

Aquecimento: corrida reconhecendo espaços do ginásio, largura, comprimento e circundução.

Alongamento: exercícios descritos oralmente, podemos observar assim a noção que os alunos tem da localização do corpo no espaço, todos os presentes apresentaram boa percepção precisando de pequenos toques. (sujeito 23, sujeito 17 e sujeito 5).

Exercícios 1 de locomoção: desloca pé direito à frente junta esquerdo, retorna iniciando novamente com o pé direito. Braços se estendem ao deslocar ao parar colocar os braços na cintura. Variação: deslocando lateralmente os braços segue o mesmo processo. Apresentaram dificuldades: sujeito 2, sujeito 21, sujeito 5 e sujeito 17.

Exercício 2: agacha bate as mãos no chão, levanta pulando e batendo três palmas e grita. No final junta tudo.

Todos apresentaram motivados apesar de quaisquer dificuldades.

Atividade específica: colocação da cadeirinha, relembrando a última aula. Os alunos se adequaram ou melhor, assimilaram bem a colocação.

Na seqüência foi introduzido um novo equipamento, o mosquetão. Houve o tateamento de diferentes tipos de mosquetões já os colocando na cadeirinha. Foi feita uma explicação oral dos cuidados e da utilidade do material.

Exercício 3: os alunos foram divididos em três grupos, receberam uma corda com o objetivo de desenhar no chão o formato de um mosquetão (formação da imagem). Primeiramente eles tinham de montar em minutos o que lembravam usando uma corda. Depois tatear e organizar novamente usando duas cordas.

Observações: sujeito 7 tem facilidade na organização de esquemas mentais.

Exercício 4: reformulação dos grupos para que apenas dois sentados em círculos interligados por cordas. Um monitor segura uma das pontas da corda e outra segura a outra.

Um monitor coloca um mosquetão e os alunos vão ter que passá-los pela corda até o outro monitor. Três tipos diferentes de mosquetões (d, D e pêra) e eles teriam de identificá-los. Somente o monitor poderia ajudá-los e quem tem baixa visão tem que fechar o olho. Foram usados nove mosquetões, três de cada tipo.

Exercício 5: foram colocadas fitas nas cadeirinhas e nestas presas os mosquetões. os alunos posicionados em duas filas uma à frente da outra. Objetivo achar o par e se conectar ao outro. Transformando-se (emitindo som) em um animal pré-determinado. Depois cada par tem de se conectar a outro par também já pré-determinado, ao final todos estarão conectados num só grupo. Após todos se conectarem, deveram sentar e se desconectar. Os animais eram: Dinossauro, elefante, urso, cão, pato, loro e grilo.

Exercício 6: com o auxilio dos equipamentos de ginástica todos os alunos passaram pela suspensão na cadeirinha. Eles mesmos prendiam o mosquetão.

Passos: 1º próximo ao chão (barra assimétrica menor).

2º elevando em várias alturas progressivamente (barra assimétrica maior).

3º em balanço (argola).

Observação: sujeito 21 disse ao passar pelo balanço: “Ai, voltei a ser criança!”.

Faculdade de Educação Física
GEAMA – Grupo de Estudo de Atividade Motora Adaptada

Relatório de aula prática – atividade de extensão DV

Data: 03 / 04 /2003

Elaborado por: Dani Tani

Monitores presentes: Zambelli, Artur, Larissa, Dani, Cíntia, Andréa, Luciana, Luiza, Ciro, Aletha, Janaína, Carol, Carolzinha, Gabi, Otávio, Regina, Márcio, Henrique, Lú, Vanessa e Veio.

Alunos presentes: sujeito 2, sujeito 24, sujeito 10, sujeito 4, sujeito 23, sujeito 3, Sujeito 7, sujeito 9, sujeito 8, sujeito 21, sujeito 1, sujeito 13, sujeito 15, sujeito 6, Sujeito 17, sujeito 20 e sujeito 5.

Relatório das atividades desenvolvidas:

Iniciamos a aula com a chamada, depois o Márcio e a Vanessa se apresentaram ao grupo. Larissa fez a leitura do texto que sujeito 17 escreveu sobre a viagem de Picinguaba. Carolzinha puxou o alongamento, posteriormente a Larissa realizou o aquecimento com a atividade pega-corrente.

Foi pedido para uma pessoa vidente ficar com um Dv. As duplas eram:

Videntes	**Dvs**
Andréa	sujeito 17
Lú	sujeito 2
Vanessa	sujeito 20
Artur	sujeito 15
Ma	sujeito 4
Zambelli	sujeito 7
Adriana	sujeito 8
Luíza	sujeito 6
Carolzinha	sujeito 23
Carol	sujeito 13
Henrique	sujeito 1
Márcio	sujeito 10

A Lú e sujeito 2 começaram pegando, aonde com o sinal sonoro de um apito ela ia atrás das pessoas juntamente com sujeito 2, aos poucos foi-se formando uma grande

corrente de acordo com que as duplas iam sendo pegas tinham que dar as mãos para formar uma corrente.

Todos sentados em círculo foi explicado qual o instrumento que será trabalhado no dia (freio 8). Formou-se dois grupos para que eles (Dvs) tateassem o instrumento para conhecer ou rever. Carolzinha explicou que existe mais tipos de freios e aproveitou para rever os nomes dos mosquetões. Logo sujeito 2 começou a falar que existe o “Dezão” e o “Dezinho”, além da pêra que Carolzinha comentou.

O Artur explicou que a próxima atividade seria realizar o desenho do freio com o próprio corpo deitados no chão. O grupo 2 com o auxílio da Carolzinha conseguiu realizar corretamente o formato, já o grupo 1 conseguiu também realizar corretamente, mas ao término do tempo estipulado.

Depois foi passado o mosquetão pêra para os dois grupos e pediu-se para esquematizar com o próprio corpo. O grupo 2 quase conseguiu realizar o formato da forma correta, porém, ainda não ficou totalmente. Sujeito 23 e sujeito 13 tatearam para ver se estava correto. No grupo 2 sujeito 2 fez o reconhecimento e disse que parecia uma reta, mas na verdade estava num formato oval cumprido. Foi dado mais um minuto para tentarem arrumar, ficou mais próximo, porém não exato.

Foi dado um mosquetão com freio 8 encaixados. O grupo 2 realizou rapidamente o formato com o próprio corpo e sujeito 10 com a Carolzinha ficaram como se fossem a argola menor do freio oito simbolizando o encaixe dessas duas peças (freio 8 mais mosquetão). O grupo 1 teve um pouco de dificuldade para se organizar. A Andréa coordenava o grupo para indicar onde cada um ficaria no formato. Ao término os dois grupos conseguiam simbolizar de uma maneira não completa do encaixe. O grupo 1 alegou que estavam em desvantagem devido o número de pessoas, pois a Carolzinha e a Vanessa estavam monitorando ativamente o grupo.

Foi proposto em seguida a próxima atividade a “escalaminhada” que foi uma caminhada pela faculdade. Ao sairmos da quadra caminhamos paralelo á cerca em direção ao bosquinho, algumas pessoas como o sujeito 23, sujeito 17 e sujeito 7 tentaram subir pela barra de flexão. Todos passaram pelas barras segurando na parte

mais alta. Sujeito 5 foi somente uma parte depois só acompanhou o trajeto da barra. Subimos os degraus da pequena arquibancada e descemos pelo lado oposto, pulando. Algumas pessoas pularam direto outras precisaram de ajuda e sujeito 17 não pulou.

Sujeito 7 andou tranqüilamente no muro próximo à cerca, andou até de costas para o alambrado. Sujeito 20, sujeito 17, e Gabi ficaram para trás.

Os obstáculos artificiais da “escalaminhada” foram: quadra lateral, bosquinho, barra de flexão, arquibancada, trilha no bosquinho, local para treino de saltos, trepa-trepa, zigue-zague, cerca, buraco, cano com equilíbrio, muro ao lado do alambrado, barranco.

Faculdade de Educação Física
GEAMA – Grupo de Estudo de Atividade Motora Adaptada

Relatório de aula prática – atividade de extensão DV

Data: 08/ 05/2003

Elaborado por: Gabriela

Monitores presentes: Artur, Larissa, Malu, Natália, Ciro, Gavião, Janaína, Márcio, Henrique e Veio .

Alunos presentes: sujeito 2, sujeito 10, sujeito 20, sujeito 23, sujeito 9, sujeito 8, sujeito 1, sujeito 15 e sujeito 5

Relatório das atividades desenvolvidas:

O Gavião puxou um alongamento e depois todos foram fazer caminhada e corrida,de acordo com a preferência de cada um, na pista do campo de futebol. Depois os Dvs colocaram a cadeirinha, o mosquetão e o freio 8. O Artur explicou que hoje eles vão terminar o trabalho com o freio 8 que começou na semana passada e que hoje vai ter um vertical.

O Artur propôs fazer um Jaú bob e demonstrou como fazer com os monitores. O grupo se dividiu em três com quatro integrantes cada um e os monitores se dividiram entre um grupo para explicar a atividade para os Dvs. Todos os Dvs fizeram João bobo. Depois os três grupos foram passar pela horizontal (cordas amarradas no poste para vivenciar o funcionamento do freio 8 andando de costas pelo chão). Os monitores ficaram na ponta das cordas para fazer a segurança. Os monitores que ficavam no começo da corda dando as instruções, instruíram os Dvs a não frear, somente o monitor (que estava na segurança) poderia frear. Foi feita uma competição, onde os Dvs tinham que recuperar duas fitas que foram deixados no chão, no percurso é que eles teriam que abaixar e procurar a fita na hora que o monitor que estava na segurança travasse a corda.

No momento da execução sujeito 17 caiu, mas ela não se importou, deu risada no momento que caiu e não se machucou. Levantou e continuou. Sujeito 8 teve um

pouco de dificuldade na primeira vez, ele tentava olhar para trás para pegar a fita e não corria a corda.

Depois foi feito o mesmo jogo só que o mosquetão nas costas para correr de frente pela corda.

Sujeito 9 correu bastante e até caiu, levantou e continuou correndo bem depressa.

O Artur explicou (depois da brincadeira) que isso foi feito para eles verificarem que tem perigo de cair com a segurança, pois travava a corda e não dava para continuar. Os Dvs concordaram.

O Artur explicou as duas estações que iam ser feitas depois do jogo. Uma para vivenciar um rapel na vertical com a corda amarrada na base da costa de basquete e outra na escada dos bosquinho para vivenciar a saída da descida do rapel. Os monitores explicavam para controlar a descida com a mão de freio. (na estação da descida na vertical).

Enquanto isso na outra estação Artur explicava para não fazer o mesmo que na brincadeira de João bobo, ou seja, abra as pernas!

Sujeito 1 teve bastante medo e quis parar no meio do começo da descida. Artur continuou explicando para ela o que fazer, mas só duplas, que outro monitor segurou-a por baixo que ela se sentiu segura e foi sem dificuldades.Todos passaram pelas duas estações.

Observação: só relatei os sujeitos que tiveram dificuldades, os demais realizaram a atividade com relativa tranqüilidade.

Faculdade de Educação Física
GEAMA – Grupo de Estudo de Atividade Motora Adaptada

Relatório de aula prática – atividade de extensão DV

Data: 05 / 06 /2003

Elaborado por: Larissa Galatti

Monitores presentes: Artur, Larissa, Dani, Cíntia, Malu, Natália, Andréa, Luciana, Ciro, Gavião, Janaína, Carol, Gabi, Regina, Márcio, Henrique, Lú, Vanessa e Veio.

Alunos presentes: sujeito 10, sujeito 4, sujeito 23, sujeito 9, sujeito 8, Sujeito 1, sujeito 15 e sujeito 2, sujeito 7

Relatório das atividades desenvolvidas:

Descrição do "ginasião", local da aula de hoje. Reconhecimento do ginásio através de caminhadas, corridas e sons (noção de distancia). Sujeito 4 e sujeito 1 guiaram sujeito 10. Gavião ensinou sujeito 23 a correr. Sujeito 14 deu canseira na Carolzinha na corrida. Ciro organizou corrida em velocidade guiada por palmas e som de chaves (cerca de 25 m). A seguir foi feita a mesma corrida, mas ao sinal do "já" o aluno tinha que por as duas mãos no chão, levantar-se e dar continuidade a corrida. Agora ao sinal de "já", o aluno deveria fazer um giro de 360 graus e continuar a corrida na direção do sinal "vem".

Atividade principal - rapel e Rapel guiado: primeiro os alunos vestiram os equipamentos, sempre relembrando os procedimentos de segurança. Segundo rapel Guido. A saída dos alunos deveria ultrapassar uma grade de mais ou menos 1,20m e posicionar-se para a saída, o inicio é no rapel, terminando no rapel guiado, estando um monitor (Márcio) recepcionando o aluno.

Sujeito 7 pareceu bastante tranqüilo, sujeito 20 demonstrou insegurança em relação ao equipamento, mas quando percebeu que ela que controlava sua própria descida o fez com tranqüilidade.

Sujeito 2 estava machucada e não participou da aula. Sujeito 1 demonstrou muito medo, chorou e disse que não queria fazer e se agarrou ao Artur. O Artur orientou

a equipe na operação de descida e conversou com sujeito 1 que concordou descer acompanhada do Gavião. No início sujeito 1 relatou dores. Gavião então, pôs as mãos nas costas do sujeito 1 e após muita conversa iniciou a descida. No percurso ficou muito contraída e começou a chorar muito com medo de virar de ponta cabeça como já havia acontecido na cachoeira. Mesmo próxima ao chão com monitores já segurando-a, ela chorava bastante. Quando chegou chorou bastante. Gavião e Carolzinha foram acalmá-la. Logo que encontrou sujeito 15 foi abraçá-lo e ele foi bastante carinhoso com ela e explicou para sujeito 23 e para sujeito 1 que cada um tem seus medos e que não havia problema algum em chorar. Sujeito 2 também foi acalmá-la.

Todos queria fazer rapel guiado sujeito 14 rodou e começou a errar as técnicas de descida, soltando o freio. Com a instrução do Artur conseguiu corrigir-se e concluir corretamente.

Sujeito 9 soltou seus famosos: IUHUU!!!

Sujeito 2 não resistiu e fez o rapel guiado.

Sujeito 4 desceu o rapel guiado como Tarzan!!! Logo depois sujeito 23 repetiu a façanha!!!

Faculdade de Educação Física
GEAMA – Grupo de Estudo de Atividade Motora Adaptada

Relatório de aula prática – atividade de extensão DV

Data: 9/ 08/2002

Elaborado por: Sujeito 17

Relatório das atividades desenvolvidas:

Neste lindo dia cheguei a uma maravilhosa fazenda, cujo dono é muito respeitado por todos nós, seu nome é Julio.Conhecemos pelo famoso Gavião uma pessoa importante para nós todos e também devemos nosso respeito a essa pessoa tão atenciosa, meiga chamado Artur.

Também dedico ao respeito a outro amigo tal qual viveu uma experiência de ser um de ver por algumas horas se sentir como nós somos.

Devo a esse carinho a esse amigo maravilhoso que se chama Veio, o que mais me marcou que jamais vou me esquecer viver esta experiência a noite na fazenda, também gostei muito de andar a cavalo, charrete, do passeio na cidade.

Não podemos esquecer duas pessoas que fizeram parte a nós. Tuca e Francisca que serviram o café da manhã e a nossa alimentação.

No sábado nos divertimos bastante. Devo também um imenso carinho a essa amiga tão atenciosa e cuidadosa que não deixou de cuidar de mim dando os meus remédios na hora certa, qual seu nome é Andréa.

Fiquei muito emocionada com a serenata ao amanhecer na janela do meu quarto. Achei que era um sonho, mas era realidade. Foi a parte que mais marcou em minha vida.

Beijos a todas as meninas que participaram da serenata.

Que Deus continue nos abençoando e nos dê muita paz, amor e união.

Faculdade de Educação Física
GEAMA – Grupo de Estudo de Atividade Motora Adaptada

Relatório de aula prática – atividade de extensão DV

Data: 14/ 08/2002

Elaborado por: Edgard

Relatório das atividades desenvolvidas:

Acho que toda vivencia junto com a natureza é muito boa para nós deficientes, já que passamos a ter contato com coisas diferentes do nosso cotidiano urbano. Assim além de conhecer coisas novas adquirimos confiança, por exemplo, quando andamos a cavalo. E o mais importante foi a integração entre nós alunos deficientes com os monitores, mas não uma integração falsa apenas por obrigação, mecânica, mas sim uma relação de amizade realmente. Isso é o que me agrada mais no grupo e espero que aumente mais e mais.

Faculdade de Educação Física
GEAMA – Grupo de Estudo de Atividade Motora Adaptada

Relatório de aula prática – atividade de extensão DV

Data: 14/ 08/2002

Elaborado por: Janaina

Relatório das atividades desenvolvidas:

O que posso dizer, o lugar é lindo e as pessoas maravilhosas. Acho importante passarmos esta informação para os Dvs, mas para tanto o que percebi ao estar vendada e ao estar guiando é que precisamos transmitir tranqüilidade, se não as preocupações serão onde estou pisando e o que há na minha frente.

Ao ser guiada achei muito importantes as informações táteis, transmitidas acompanhando o braço do guia até encontrar as mãos do mesmo. Senti também mais segurança, nas trilhas principalmente, em ser acompanhada por dois guias, um a frente e outro atrás. Caminhei sempre agachando e tive muitas informações sobre apoios para os pés e mãos. No rio acho importante sempre pedir para o Dv procurar se equilibrar sozinho não se apoiando sempre no guia, pois nós também corremos riscos de bons escorregões, assim, evita-se de dois irem para o chão.

Gostei de ser acompanhada Poe dois guias, pois são duas referências de ajuda e direção.

Acho importante atentarmos para o frio observando se os Dvs estão suportando porque os o negócio é bravo. As camisetas sobressalentes são essenciais

Faculdade de Educação Física
GEAMA – Grupo de Estudo de Atividade Motora Adaptada

Relatório de aula prática – atividade de extensão DV

Data: 11 / 09 /2002

Elaborado por: _____

Monitores presentes: Henrique, Janaína, Bia, Carolzinha, Larissa, Dani, Carol, Luciana, Veio, Regina M., Andréia, Deva, Gabi, Cíntia, Sílvia, Artur, Marília, Batavo, Aletha, Cris e Adriana.

Alunos presentes: sujeito 15, sujeito 2, sujeito 20, sujeito 10, sujeito 4, sujeito 17, Sujeito 9, sujeito 18, sujeito 19, sujeito 1, sujeito 21, sujeito 9, sujeito 3, sujeito 8, Sujeito 23 e sujeito 13.

Relatório das atividades desenvolvidas:

Inicialmente foi feito um alongamento com todos sentados em roda. Cada monitor propunha um exercício a ser feito.

Foi proposto por um dos monitores, que todos se organizassem em duplas e se sentassem de costas com os braços entrelaçados e pés apoiados no chão, para tentar levantar, utilizando o apoio das costas do parceiro. As variações desde exercício ficaram por conta do número de pessoas por grupo. Inicialmente eram duplas, depois foram trios, quartetos, grupos maiores (6 a 8) por último todos juntos.

Todos os alunos realizaram o alongamento e o exercício acima descrito sem maiores problemas.

O Artur começou a explicar o circuito pelo qual os alunos teriam que passar na aula. Esse circuito era composto de quatro estações e tinha tarefas a serem realizadas no deslocamento de uma estação para outra.

Em uma estação, metade dos alunos realizava abdominais e flexões, enquanto a outra metade vivenciava a drible de bolas com pesos e tamanhos diferentes. No deslocamento para a próxima estação os alunos pulavam de um lado a outro de uma corda estendida à altura da batata da perna.

A estação seguinte trabalhava exercício com a medicine ball, exercício para desenvolvimento de força, principalmente dos braços. O deslocamento desta estação era através do movimento que imita ao "pular de um sapo" dentro de arcos dispostos no chão. Na outra estação foi feito exercício de massagem com bolinhas de tênis, e o deslocamento era correndo ou andando e tateando com a perna ema corda estendida a altura da batata da perna.

A última estação trabalhava com cordas individuais e de grupo para os alunos vivenciarem exercícios de pelar corda. O deslocamento que ia par a primeira estação descrita era feita sobre bastões de madeira dispostos no chão, para os alunos passarem sobre eles em posição de quadrúpede, como se estivessem "subindo uma escada" e os bastões fossem os degraus.

A seguir descrevo algumas observações gerais de somente alguns alunos os quais foi possível fazer o acompanhamento durante a realização dos exercícios propostos nas estações. Lembrando que as quatro estações aconteciam ao mesmo tempo com grupos diferentes. Os alunos foram divididos em quadro grupo e que para registrar a passagem de todos nas quatro estações seria necessário quatro observadores.

Na estação de abdominais, flexão e drible de bola: observei que sujeito 1, sujeito 21, sujeito 15 e sujeito 10 driblando a bola. Sujeito 1 tem relativa facilidade para driblar a bola, não foi proposto a ela que se deslocasse então, ela driblou somente parada no mesmo local.

Sujeito 21 começa jogando a bola em seu próprio pé. Veio explica para ela que deveria jogar a bola um pouco mais à frente e a auxiliou a fazer o exercício. Depois de algumas tentativas sujeito 21 começou a conseguir pegar a bola após tê-la jogando no chão.

Ela pega a bola com as duas mãos, fazendo um movimento interrompido. Veio continua explicando. Veio continua explicando a ela como fazer, mas ela não chega a realizar o drible contínuo, pois ela troca de estação.

Sujeito 15 e sujeito 10 demonstraram ter experiência no drible de bola e realizaram vários exercícios propostos pelo Veio. Eles driblaram a bola em deslocamento á frente, de costas e para as laterais.

A realização do abdominal e flexão se procedia sem maiores problemas e não fiquei observando muito.

No deslocamento (pulando de um lado para o outro da corda) observei sujeito 23, sujeito 17 e sujeito 3. Sujeito 23 se deslocava com facilidade. Ele tateava a corda com a perna antes de pular para verificar a sua localização e pulava sem dificuldade. Sujeito 3 pulava com um

intervalo bem grande entre um pulo e outro, batia os pés bem forte no chão na hora de cair, pulava bem pesado. Sujeito 9 pulava muito rápido, um pouco afobado se distanciando demais da corda e não tateava entre um pulo e outro para localizar a corda.

Sujeito 3 pulou bem devagar e para pular não dava impulso com os dois pés juntos, saia com um pé de cada vez.

Na estação da “medicine ball”, observei sujeito 3, sujeito 21, sujeito 08, sujeito 04 e sujeito 1.

No exercício proposto pela Larissa, para jogar a bola para o alto com a extensão do braço (usando a força do tríceps). Sujeito 3 jogava sempre muito fraco, Larissa corrige seu movimento e sujeito 3 passou a jogar um pouco mais alta, ms em comparação com os outros do grupo continuava jogando fraco.

No exercício de abdominal com as bolas de medicine acima da cabeça. Sujeito 21 teve bastante dificuldade para se levantar. No deslocamento (sapinho nos arcos) sujeito 8, sujeito 4 e sujeito 1 realizaram o movimento sem dificuldade. Sujeito 21 não conseguiu entender inicialmente qual era o movimento a ser feito. Depois de explicado ela encontrou dificuldade em realizá-lo, pois não conseguia ficar na posição de “sapinho” com os joelhos dobrados e sentada nos pés e pernas.

A estação onde era realizada a massagem com as bolas não observei em nenhum dos grupos, nem deslocamento para a estação das cordas.

Na estação com as cordas observei sujeito 20, sujeito 2, sujeito 13, sujeito 23, sujeito 15 e sujeito 10.

Sujeito 21 e sujeito 2 inicialmente pegaram cordas individuais para pular sujeito 2 pulou batendo a corda para frente e pra trás. Sujeito 20 viu sujeito 2 pulando para trás e tentou fazer como ela. Depois de duas tentativas desistiu.

As monitoras propuseram sujeito 16 que pulasse a corda grande que elas estavam batendo com a música “um homem bateu em minha porta e eu abri. senhoras e senhores Poe a mão no chão. Senhoras e senhores pule num pé só. Senhoras e senhores dê uma rodadinha e vá pro olha da rua” sujeito 16 pulou a música inteira. Sujeito 20 tentou, mas só conseguiu até a metade da música. Depois sujeito 13 tentou, no começo teve bastante dificuldade em coordenador o movimento do braço com o pulo. Após vários pulos contínuos. As monitores pediram para os alunos baterem corda. Sujeito 13 e sujeito 2 foram bater corda. Sujeito 13 realizava o movimento do braço corretamente, mas um pouco devagar e a corda não ficava firme, fazendo com que as

monitores errassem. Sujeito 20, sem falar nada, entrou a frente do sujeito 13 e o substituiu, batendo corda com sujeito 2.

No, final todos passaram pelos quatros estações.

Faculdade de Educação Física
GEAMA – Grupo de Estudo de Atividade Motora Adaptada

Relatório de aula prática – atividade de extensão DV

Data: 00/ 00/2000

Elaborado por: Thaís Helena

Relatório das atividades desenvolvidas:

Mais uma vez uma viagem especial com a galera do GEAMA e Dvs. Achei muito bem organizada em função da grande quantidade de pessoas e dos imprevistos acontecidos (foi preciso até alugar um gerador), mas como sempre tudo terminou bem e com muito sucesso. As escalas para a galera da alimentação (café-almoço-churrasco) deram muito certo, não sobrecarregou ninguém.

Antes de iniciarmos a atividade prática das trilhas e cachoeiras, pensei se galera D viria agüentar mesmo, pois na semana do treinamento com os monitores achei que seria muito difícil para eles, até dei a sugestão de mudarmos algumas coisas em relação Ao percurso. Ainda bem que temos pessoas corajosas no grupo, pois toparam arriscar. Isso foi muito bom, pois eu estava menosprezando a capacidade de nossos alunos que foram muito bem mesmo. Deram um baile em muitos daqueles monitores que a primeira vez fizeram uma simulação com vendadas (inclusive eu).

Foi muito interessante o uso da maquete antes da viagem, pois em vários momentos sujeito 23 tentava relacioná-la com o percurso que realizávamos na prática. Até citou que algumas coisas estavam faltando.

Por falar em sujeito 23, achei sua desenvoltura em realizar a tarefa muito boa, ele não apresentou muitas dificuldades na descida da cachoeira, pelo contrário, naquele do rapel guiado, desceu até mais rápido que alguns monitores, na trilha pelo rio ele foi muito bem. Não apresentou cansaço ou muito frio. (fato que nos preocupava anteriormente) ele foi muito bem na trilha terrestre o único problema é que devido sua ansiedade excessiva, sempre queria passar na frente de quem estava guiando, não tinha paciência.

Achei que todos fizeram o percurso proposto com muita tranqüilidade, talvez por terem tido já uma leve experiência com o projeto da Mey e também com toda a preparação realizada nas aulas da Unicamp todas as quintas feiras.

Os monitores estavam bem organizados e era um grupo harmônico, deu muito certo aquele grupo de apoio para a galera que desceu a cachoeira e a turma da trilha. Tudo fica mais fácil quando existe gente interessada e responsável trabalhando junto.

A parte onde senti que sujeito 23 apresentou maior dificuldade foi na decida da última cachoeira, pois as pedras estavam bem escorregadias, mas mesmo assim deu tudo certo.

Outro fator legal dessa viagem foi a integração do pessoal, esta parte social acho muito importante, pois senti que os Dvs neste momento se sentem bem à vontade, participam é uma verdadeira inclusão social, desde os pequenos momentos no ônibus com brincadeiras, no churrasco, na bagunça das barracas, enfim, foi uma viagem que vai ficar guardada num lugar no coração de cada um. Obrigado por oportunizar este momento inesquecível!

Faculdade de Educação Física
GEAMA – Grupo de Estudo de Atividade Motora Adaptada

Relatório de aula prática – atividade de extensão DV

Data: 12/ 12/2002

Elaborado por: Sujeito 17

Relatório das atividades desenvolvidas:

Chagamos na Unicamp 05h50 da manhã para partir para uma longa viagem com destino a Picinguaba. Chegamos lá as 15h30. Mas antes de chegarmos ao destino fizemos várias brincadeiras no ônibus. A mais legal foi a do Gavião que brincamos de chocolate no canto da boca. Foi multo legal.

Fomos barrados na estrada, o motorista se chamava Edson. Ele era muito legal.

Dormi bastante na estrada, não víamos a hora de chegar no local, mas quando cheguei lá e vi o lugar quase voltei para casa. Murmurei bem baixinho: “que lugar frio!” mas me adaptei ao lugar.

Chegando na pousada tinha cabanas, fogão a lenha. A comia era muito gostosa feita pelo cozinheiro Gui, ele gostava de fumar cachimbo. O chuveiro era a gás.

Sexta feira de manhã começou a tortura. Tomamos café e saímos para uma longa triagem. Para minha alegria pegamos o rumo da praia onde havia um lugar chamado costão e paredão. Lá havia uma mina de água cristalina, mas para chegar lá tínhamos de atravessar um rio onde a água batia em nossas canelas. Em um ouro lugar havia várias pedras onde habitava vários peixes. Eu tinha de passar o dede para conhecer os bichinhos, havia mariscos também.

Artur colocou em minhas mãos um bichinho que começou a andar e eu comecei a chorar e a gritar, mas não acaba por aí.

Prosseguimos nosso passeio continuo de ônibus. Descemos em um lugar muito bonito onde Jaime e Cristian narraram para nós toda a fundação de Picinguaba: moinho de farinha de mandioca manual.

Começamos nossa trilha onde Jaime foi narrando para nós, onde a minha monitora narrou tudo para mim onde havia muitos bichos. Principalmente cobras e borrachudos. Havia muitas subidas e muitos tombos e lama.

Tiramos muitas fotos em uma cachoeira maravilhosa.

Ouvi o canto do pássaro Tangará. Toquei em muitas plantas principalmente a planta chamada Bromélia.

Terminando a nossa trilha depois de quase 1h30 de ida onde eu pude tocar em uma árvore chamada Jatobá que ali reside a mais de 100 anos.

Jaime disse que ali reside 350 espécies de plantas no Brasil. Voltamos a trilha de volta onde o pessoal parou para nadar de sunga e biquíni.

Trilhamos de volta para casa. A noite fomos jantar e depois doar sangue para os borrachudos.

Sábado fomos a um passeio diferente, a tortura foi a maior, descemos o rio para chegarmos perto de algumas plantas que conhecemos. Lá tinha uma plana chamada Mangue. Os caranguejos se alimentam dela. Nessa parte levei um susto e chorei muito.

Continuamos nosso passeio onde nadávamos muito, mas mesmo assim não perdi o medo de nadar. Nos divertimos bastante.

Algumas pessoas voltaram a pé. Eu subi a margem de bote e chegamos ao final do nosso passeio voltamos para casa, almoçamos e fomos para a praia onde a tortura foi maior, pois tinha medo do mar, mas mesmo assim entrei no mar.

Domingo amanheceu um belo dia e fomos todos para a praia. Lá descobrimos um lago quente e passamos a tarde inteira lá.

Enfim, voltamos para casa almoçamos, arrumamos a mala e partimos para casa.

Vivi esta história com o Artur, Gavião e toda a galera.

Obrigado senhor Jesus e meu Deus.

Faculdade de Educação Física
GEAMA – Grupo de Estudo de Atividade Motora Adaptada

Relatório de aula prática – atividade de extensão DV

Data: 10/ 11/2002

Elaborado por: _____

_____

Relatório das atividades desenvolvidas:

Adorei ter participado mais uma vez dessa experiência única, ainda mais que estou no meio ausente do grupo de quarta em função de outro compromisso.

Para mim foi muito bom este reencontro com todos mais uma vez e cada dia lá foi muito especial.

Eles puderam participar tanto da organização de algumas etapas (arrumaram mantimentos, barracas, etc) como das atividades (pentearam os cavalos, tiraram leite, etc) alguns até comentaram que se sentiram muito úteis diante dessas experiências. Além disso, das brincadeiras e atividades recreativas (futebol, Vanster).

Todos adoraram, pois só ouvimos elogios durante as estadias lá, e mesmo depois quando diziam que estavam já com saudade daquele fim de semana.

Além do trabalho que realizamos no grupo, quarta à noite, este trabalho realizado fora, como as viagens e excursões são muito importante tanto para os Dvs quanto para nós monitores, pois, o dia-dia, as dificuldades apresentadas e detectadas são ensinamentos para ambos, acordando juntos passando por todas as etapas do dia-dia de um cego é um verdadeiro aprendizado.

Vamos além das atividades físicas e recreativas. Entramos no quesito atividades da vida diária, orientação e mobilidade.

Devemos estar atentos a cada detalhe, a cada um deles, pois, tudo isso faz parte da nossa ampla comunicação com este público especial.

Muitos lá nunca haviam andado á cavalo, tirado leite de uma vaca, dormido fora de casa com os amigos. Tudo isso é enriquecedor como experiência de vida e vitória para cada um deles.

Acho que estamos no caminho certo quando pensamos em proporcionar o máximo de oportunidades possíveis para eles em relação a diferentes situações de vidas, diferente cotidiano.

Nossa recompensa são sempre os sorrisos, os depoimentos como o caso do depoimento do sujeito 15 no ônibus, o do sujeito 3 um pouco antes da ida até a cidade, enfim, a recompensa maior é saber o quanto somos importantes na vida de alguém.

Faculdade de Educação Física
GEAMA – Grupo de Estudo de Atividade Motora Adaptada

Relatório de aula prática – atividade de extensão DV

Data: 01/ 05/2004

Elaborado por: Natália

Relatório das atividades desenvolvidas:

Durante o "canyoning" eu guiei o Sujeito 13 e não tivemos grandes problemas. A experiência com ele naquele tipo de ambiente, já que ele morou muitos anos em sítio, facilitou bastante o percurso. Por isso, na trilha me preocupei mais em passar as características do ambiente do que dos obstáculos no chão.

Na água, já mudei um pouco as informações, pois as pedras lisas são muito propicias a acidentes.

Nas cachoeiras o maior empecilho foi o frio. Na terceira cachoeira há uma parte em que caiu muita água e dificultou bastante. Na hora fiquei com um pouco de medo de ter aquela responsabilidade de guia e de fazer alguma coisa errada. Foi naquele momento que eu percebi que antes de nos preocuparmos com segurança dos Dvs temos de nos preocuparmos com a nossa segurança, pois se algo estiver errado com a gente não teremos como ajudar se eles estiverem em alguma dificuldade ou algum equipamento mal colocado. Naquele momento entramos, juntos, uma solução: gritar, rir e brincar para espantar o medo e aproveitarmos para liberar o estresse e as coisas ruins. Foi muito legal.

Durante o percurso no rio, fizemos uma parte sem e outra com o bastão, a Janaína ajudou muito a gente. O mais engraçado foi que era o sujeito 13 que ajudava a gente a não cair e não o contrário. Eu e a Janaína tentamos passar bastante as características ambientais, mas neste momento a descrição do solo era muito importante. Vimos que o bastão foi muito útil com alguém que não possuísse a experiência e facilidade que ele tinha, pois a quantidade de informação acaba sendo menor.

A última cachoeira também foi um pouco complicado por causa da pedra muito lisa. Mesmo com as informações que eu passava, sujeito 13 escorregou algumas vezes. Acho que isso tirou um pouco a concentração e a confiança de nós dois, acho que isso é uma coisa que deveria ter sido trabalhado antes.

Pela trilha, na volta, guiei sujeito 10. Criamos alguns códigos para facilitar, pois o caminho era mato disforme. Neste momento percebi que a gente se preocupa tanto com eles que não nos damos conta que um tropeçãozinho ou outro é normal até para os videntes. Quando sujeito 10 tropeçava eu ficava: “ai, desculpa, desculpa, desculpa!” E aí ela falava: “Imagina, não se preocupe, é muita coisa e não tem como você me passar todas as informações”.Continuei tentando fala o máximo de detalhes possíveis, mas relaxei um pouco. Quanto aos tríceps, já que até eu tropeçava ta na hora.

O mais legal de tudo é que ninguém ali tinha mais importância que ninguém, fazendo ou não o “canyoning”. O pessoal de apoio e de trilha tiveram papel fundamental!

Faculdade de Educação Física
GEAMA – Grupo de Estudo de Atividade Motora Adaptada

Relatório de aula prática – atividade de extensão DV

Data: 04/ 04/2004

Elaborado por: Mariana

Relatório das atividades desenvolvidas:

Dizem que a primeira experiência sempre é inesquecível. Pois é, este é um adjetivo que poderia qualificar grosseira e genericamente o que eu senti nesta viagem.

Para começar nunca havia acampado. Isso já foi no mínimo interessante porque dormi com mais três pessoas numa barraca super pequena... Não pensem que achei ruim... Era para ser segredo... Mas isso meu mais segurança para me acostumar com altas doses de espinefrina que embebedariam meu sangue mais tarde.

Pela manhã iniciava-se o processo psicológico, hormonal e aventureiro que me levaria ao contato mais próximo que para mim um ser humano pode ter com a natureza. Decidi ir vendada...

No início fiquei completamente sem noção de espaço e direção. Ouvia vozes, pessoas me apertando, beliscando até que um determinado cidadão me fez pisar em um monte bem grande de cocô fedido. Engraçado? Pois é, o pior é que a sensação foi interessante... Não sei, parecia lama... E o cheiro... Bom é melhor deixar pra lá...

Esse cidadão sem querer fez com que meu olfato se tornasse um pouco mais apurado. A partir daí comecei a sentir o cheio das plantas, de flores, do barro se esfregando na minha roupa... Comecei a prestar mais atenção nos sons também, as pedras caindo em cima de mim, os avisos do meu guia que me deixou muito segura por sinal... Até que ouvi o barulho de água caindo e conforme o barulho aumentava parecia que a cachoeira era mais alta... As pessoas sempre diziam que os cegos tinham essa percepção super apurada, mas eu não imaginava que podia visualizar, criar uma imagem do lugar tão perfeitamente como eu fiz.

Quando tirei a venda achei o lugar incrível, mas mais incrível ainda foi ver por onde passei sem enxergar, eu estava tão segura na trilha que nem parecia que havia passado por lugares

tão íngremes, apertados e escorregadios. A única coisa em que prestava atenção era nas instruções que meu guia me passava... Ao mesmo tempo pensava não ser capaz de guiar alguém tão confiantemente, pois na volta, já sem venda o percurso foi muito mais difícil.

Já para fazer o rapel/ “canyoning” sem venda foi emocionante do mesmo jeito, vi a coragem daquelas pessoas a minha volta e as diferentes maneiras de se reagir a estímulos como estes... Tentei me inspirar, me espelhar, engolir aquela ansiedade, dor de barriga, frio, fome, insegurança... Tive um momento de reflexão e um “ brainstorm de emoções”.

Até que a minha hora... A minha primeira vez chegou... Nossa, me sentia tão pequena, insignificante... Mas quando comecei a descer com o Artur ao meu lado, parecia que estava desafiando algo muito maior que eu, uma força, um poder fora do meu alcance... Durante a descida minhas pernas e braços tremiam muito... Deixei as pessoas pensarem que era frio quando na verdade estava experimentando uma das maiores descargas de adrenalina da minha vida.

Quando olhei para o lado e vi toda aquela água caindo, ouvi atentamente o barulho de toda uma cachoeira de mais de 40 metros sobre minha cabeça e meu corpo presos por algumas cordas e outros equipamentos, percebi que aquela pessoa ao meu lado era mais que um guia era a minha proteção, um anjo, um herói ou apenas alguém que podia compartilhar comigo a presença mais próxima talvez de Deus, assistindo nosso show, pronto para nos salvar se algo desse errado...

Pensando, nesse relato me emociono muito ao saber que um dia, quando estiver preparada como meu guia poderei dividir com uma das pessoas do GEAMA esse tipo de sensações, porque experiência como essas vão além do que nosso lobo occipital configura através da visão, elas abalam o sistema límbico de emoções e dependem apenas de como cada um pode senti-las.

Obrigado guias, obrigada grupo e todo o universo que conspirou para que tudo desse certo.